FÉVRIER-MARS

Intense

Cuisine Actuelle

N°6 3,90 €

COLORAMA
Le rouge au menu

DRESSAGE
Leçon n°6 : le tube ananas-coco

Les nouveaux agrumes donnent du peps à l'hiver

LE GRAND DOSSIER
NOS PLATS ANTIFROID
30 PAGES

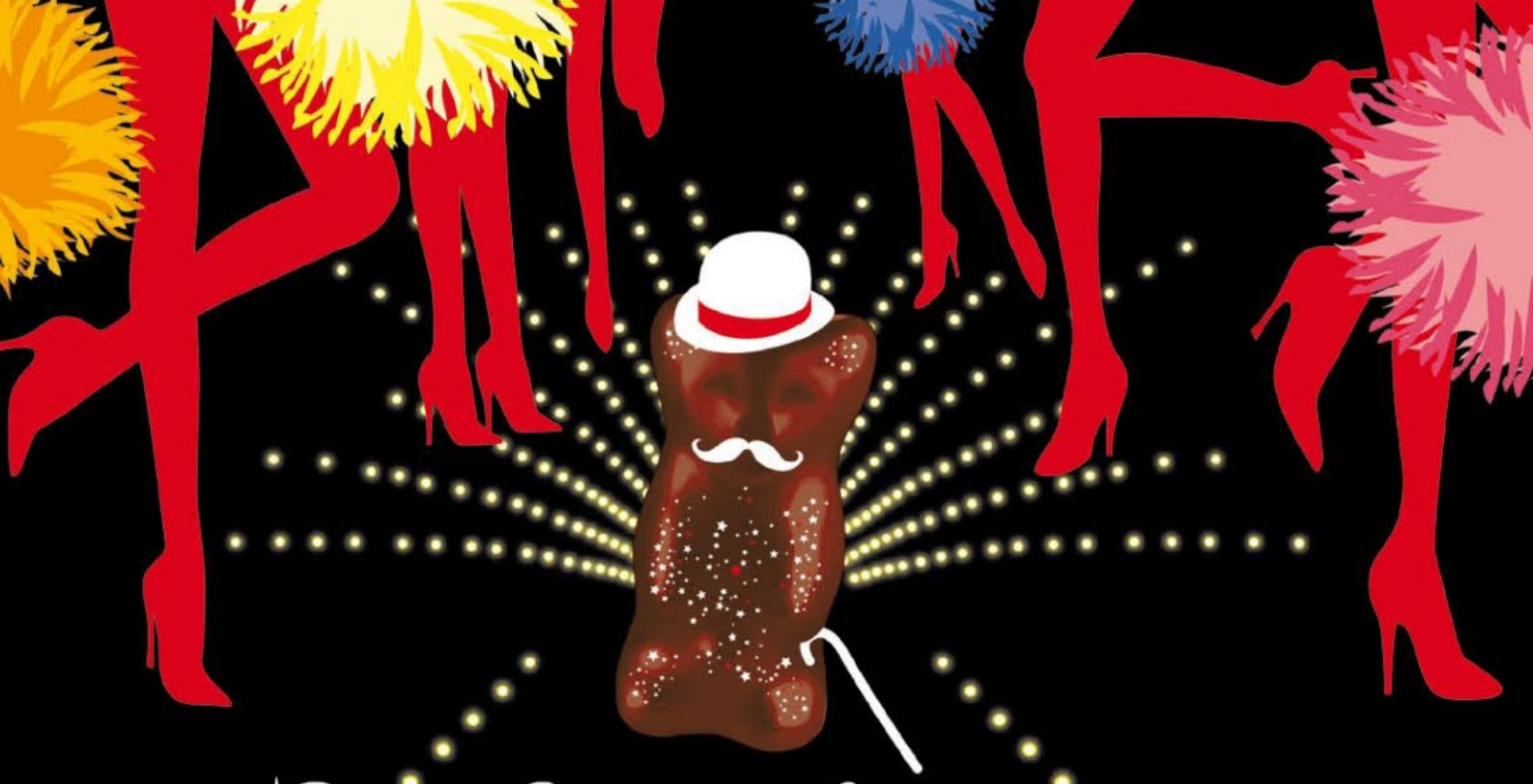
APPRIVOISEZ
le piment d'Espelette

Financier au citron confit

65 recettes HAUTES EN SAVEURS

GROUPE PRISMA MEDIA
M 09831 - 6 - F: 3,90 € - RD

N°6 FÉVRIER-MARS 2013 - BEL : 4,50 € - CH : 5,90 CHF - LUX : 4,50 € - DOM : Avion : 5,50 € ; Bateau : 4,50 € - Zone CFP : Bateau : 550 XPF.



le Petit Ourson Guimauve au

MOULIN ROUGE®
PARIS

Participez à une fête merveilleuse et venez vivre une émotion inédite !
Après Toulouse Lautrec, La Goulue et Mistinguett,
l'Ourson Guimauve sera cet hiver sur la scène du célèbre

MOULIN ROUGE®
PARIS

Les places sont limitées, venez vite chercher votre boîte

En vente sur le site www.moulinrougestore.com

L'édito

CHAUD DEVANT

Des radis en feuilles dans un pot en terre comestible. Des myrtilles enfouies dans un tapis de mousses. Tels sont quelques-uns des plats emblématiques du restaurant danois Noma, élu une nouvelle fois meilleur restaurant du monde. La cuisine venue du froid est à la mode (voir p. 20) et de saison ! Chez nous, l'hiver n'a pas dit son dernier mot. Soufflons le chaud sur le froid et faisons grimper la température. Les soupières débordent de créativité et les cocottes emportent les traditions au sommet.

ANNE GILLET,
RÉDACTRICE EN CHEF

SOMMAIRE

Tentations 4
Belles et folles idées

Émotions 8
Idées rouge passion

Maestro ! 14
Accords & à cœur, par Anne-Sophie Pic

Gastromanie 20
Le Grand Nord révolutionne la cuisine

Saveurs en duo 24
Sésame et combava

Tendance 28
La belle gueule du bois

Haute saison 62
Du peps en hiver, les agrumes

Master class 66
Canard au chutney de pomme

Dressage 70
Le tube ananas-coco

Le grand bluff 72
Impros de pro

Vins & mets 76
Riesling et bandol

Pleins feux 80
Le piment d'Espelette

Culture food 86
Tour de France des bonbons

Les goûts du voyage 88
Kerala, le feu et la grâce

SUIVEZ LES PICTOS !

- Nombre de personnes
- Temps de préparation
- Temps de cuisson
- Temps de repos
- Temps de réfrigération
- Temps de congélation

+30 PAGES DE DOSSIER P. 30

TOP 10 • COMBINÉ NORDIQUE • DÉCALAGES EXQUIS • COUP DE CHAUD • VERRES D'HIVER • AVIS DE DOUCEURS • POTIONS MAGIQUES

PROCHAIN NUMÉRO LE 18 MARS

PEFC
PEFC/10-31-1410
PROMOUVOIR LA GESTION DURABLE DE LA FORÊT

Divines racines

Alberto Pinto fait revivre un service anglais du XVIII[e] siècle composé d'assiettes plates, creuses et à dessert. Un herbier poétique, peint à la main, disponible en 12 motifs. *320 €, sur commande. Éd. Paradis, Paris.*

Miam !

METS INSPIRÉS . IDÉES FOLLES . ART DE LA TABLE . MISE EN SCÈNE

TEXTE : T. KEMPTNER

Effeuillages

L'artiste bavaroise Sarah Illenberger rend les crucifères sexy ! On peut s'offrir son œuvre éphémère sous la forme d'une photo d'art (90 x 130 cm), tirée à 25 exemplaires. *400 €, sur le site de l'artiste.*

Présentoir stylé

Tantôt porte-fruits, tantôt plateau apéritif, un présentoir en acier dessiné par Adam Shirley qui se plie à toutes les envies. *120 €, sur le site d'Alessi.*

Choco épique

Gonflée, la Mère de Famille ! Pour Pâques, cette maison fondée en 1761 a créé un poisson porc-épic de 1,5 kg, truffé de friture, en chocolat pur Venezuela. *150 €, sur commande.*

Pasta chic

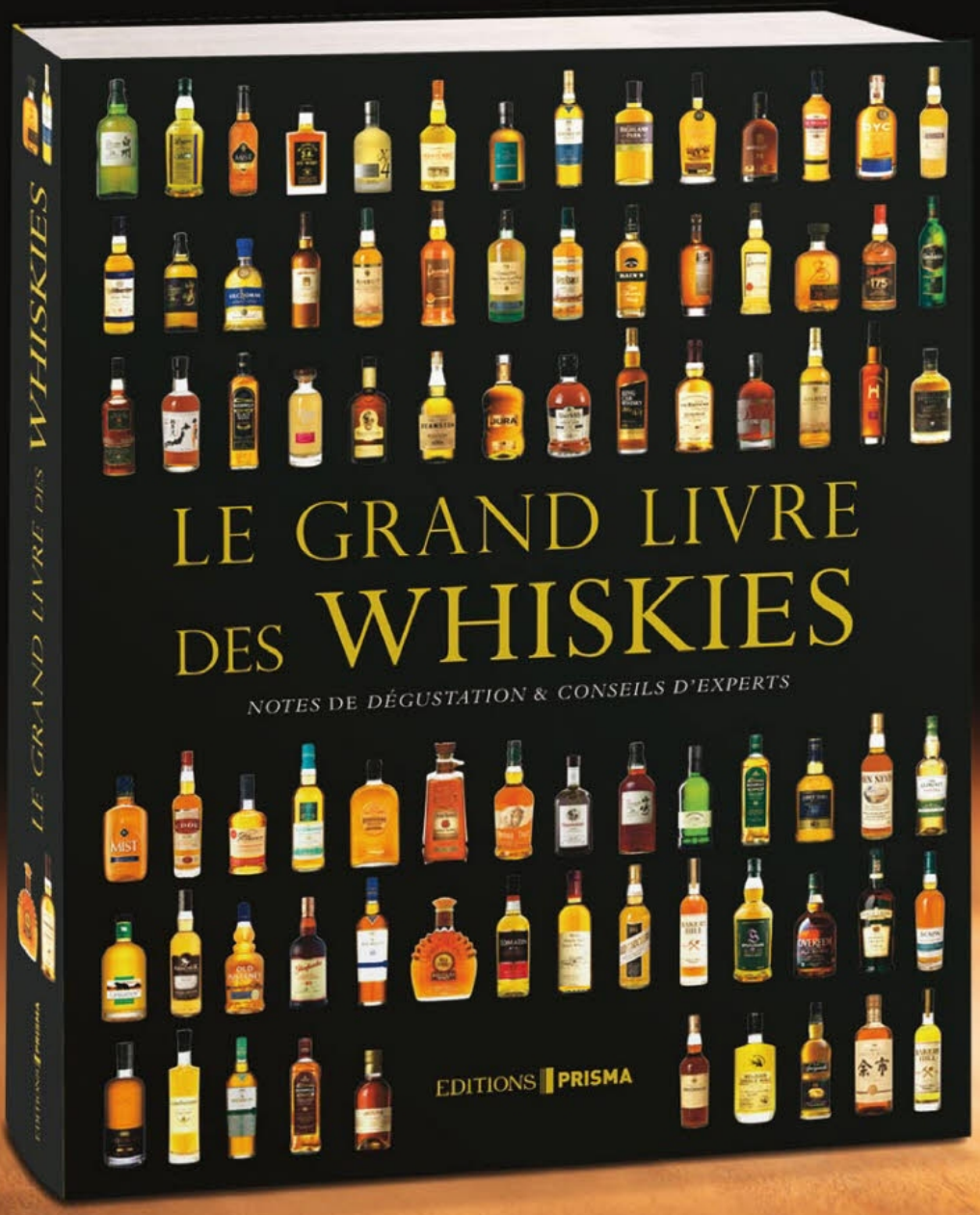
Épatantes, ces tagliatelles au chocolat et au curaçao de Cornand, l'épicerie fine stéphanoise ! *6,50 € sur le site Sibo-Sibon.*

Serré ou allongé ?

On aime cette tasse en céramique façon gobelet. Et pas seulement parce qu'elle évoque votre magazine préféré ! *Natives, 22,50 € les six, Comptoir de Famille.*

Il existe de GRANDS WHISKIES

Devenez un GRAND AMATEUR



Un ouvrage à déguster !

- ***Plus de 500 whiskies*** *décrits en détails, avec* ***conseils d'experts et notes de dégustation***
- ***Un livre de référence*** *pour découvrir tout l'univers du whisky*
- *Une odyssée passionnante au cœur* ***des plus grandes distilleries du monde***

Flashez et découvrez des infos et des vidéos !

Disponible en librairie • 39,95€ • www.editions-prisma.com

EDITIONS PRISMA

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ, À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

Must cave

La Grande Épicerie de Paris s'offre une cave à sa mesure : elle est somptueuse, éclectique et pointue. Trois mille références de vins, d'alcools et de champagnes dans un écrin XXL.

Le best of des food box

Les foodistas en raffolent ! Le top 3 de ces boîtes à surprises issues du Net et livrées à domicile.

La plus select

Papillesbox, créée par deux journalistes, trie sur le volet produits et abonnés. 500 box à merveilles par mois, signées Aix & Terra, Ariaké… *20 € par mois.*

La plus épicerie fine

Foodiscover déniche des produits artisanaux fantastiques : pâte à tartiner choco-spéculoos, huile de noisette, risotto aux cèpes… *27,90 € par mois.*

La plus fusion

Kitchen Trotter fait découvrir un pays par mois. Ses colis mystère livrent aux globe-croqueurs des pépites venues de Suède, de Thaïlande… *22 € par mois.*

Fines lames

Élégant, ce couteau à fromage se fixe magnétiquement sur la planche à découper ! La collection Henri Mazelier, inspirée de l'art coutelier aveyronnais, aiguise l'appétit. *455 € sur MyClubDesign.com.*

Raffinement

Versacemania

La marque allemande Rosenthal fête ses 20 ans de collaboration avec la plus bling-bling des maisons de haute couture. "Versace est un style de vie", aimait à répéter le grand Gianni. Ce service baroque rouge et or l'aurait ravi ! *À partir de 39 €.*

Bulles en confidence

Levons notre flûte en l'honneur de Fanny Heucq, créatrice des Dilettantes, concept store effervescent, à Saint-Germain-des-Prés. L'idée ? Faire découvrir de petits vignerons champenois de talent. Une sélection riche de 125 références, tel ce millésime 2005 signé Henri Goutorbe, une pure merveille… *à 30 €.*

Déguster des gâteaux couture

L'hôtel The Berkeley, à Londres dédie la collection "Prêt-à-Portea" au tea-time: à croquer, un blazer Marc Jacobs au chocolat ou une bottine Fendi, accompagnés d'un earl grey ou d'un darjeeling. *48 € le goûter.*

Les nouveaux snobismes

Sublimer la vaisselle

Les délicates céramiques d'Élise Lefebvre, une jeune artiste aux doigts de fée, font souffler sur nos tables un léger vent d'onirisme. *À partir de 52 € chez Ateliers d'art de France.*

Croquer dans le rouge

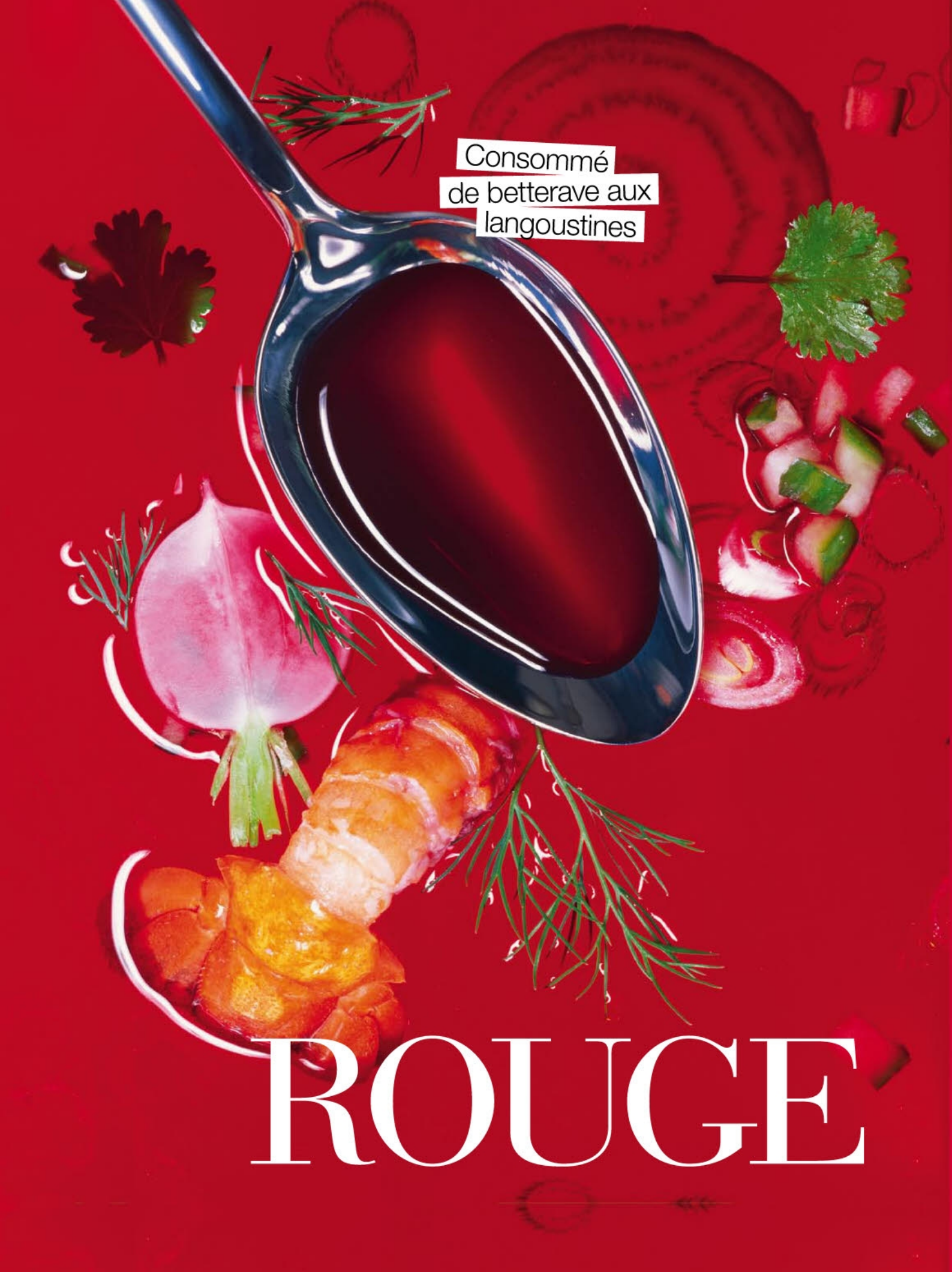
À glisser d'urgence dans nos sacs à main, les sticks du Lyonnais Sébastien Bouillet. Yuzu, fruit, poivre… douze parfums pour succomber en beauté à la fève. *6,60 € sur le site du pâtissier-chocolatier.*

Relever le gant

Bravo à Thierry Marx et à Mathilde de l'Ecotais, qui cosignent une collection en série limitée pour les 3 Suisses. Coup de cœur pour les gants de cuisine frappés des mains du top chef. *19 €.*

Oser des duos insolites

Pour la Saint-Valentin, la Maison du Chocolat mise sur des liaisons fortes en saveurs: galanga-citron, litchi-framboise… Des bouchées de plaisir à partager un peu, beaucoup… *À partir de 15 € le coffret.*


Consommé
de betterave aux
langoustines
ROUGE

Granité de bulles “J’aime la fraise”

VARIATIONS SENSUELLES AUTOUR DE LA COULEUR DES SENTIMENTS : 4 DÉLICES TROUBLANTS.

RECETTES : C. RUCHON. VINS : I. BACHELARD

PASSION

Recettes pages suivantes

Terrine rubis
poivron
& framboises

Poires pochées au poivre du Sichuan

Recettes pages suivantes

Consommé de betterave aux langoustines

IL VOUS FAUT

12 langoustines
1 petite betterave rouge crue
1 carotte
1 mini courgette
8 petits oignons
4 radis
5 cl de vinaigre de framboise
6 brins de coriandre
3 brins d'aneth
1 bouquet garni
gros sel, poivre.

4 PERS. | 30 MIN | 20 MIN

1. Versez 75 cl d'eau dans une casserole avec la carotte émincée, une cuillerée de vinaigre, le bouquet garni, du gros sel et du poivre. Faites bouillir 10 min. Baissez le feu, pochez-y les langoustines 3 min. Décortiquez-les en laissant l'éventail de queue.
2. Épluchez la betterave. Coupez-y quatre fines rondelles et retaillez-les en pastilles à l'aide d'un emporte-pièce. Hachez le reste et mélangez-le avec 50 cl du bouillon et le reste du vinaigre. Portez à ébullition et filtrez ce consommé.
3. Rincez la courgette, coupez-la en petits dés. Équeutez les herbes. Épluchez les petits oignons, émincez-les. Nettoyez les radis en leur laissant un peu de vert, rincez-les et coupez-les en tranches fines.
4. Versez le consommé bouillant dans des coupes. Ajoutez les langoustines, les dés de courgette, les pastilles de betterave, les oignons, les radis et les herbes.

À NOTER Attention à la cuisson des langoustines, qui sont fragiles : elles ne doivent absolument pas bouillir.

LE BON ACCORD
Un coteaux-du-lyonnais, rouge léger plein de fruit et sans trop de tanins, servi frais (14 °C).

Granité de bulles "J'aime la fraise"

IL VOUS FAUT

200 g de sucre semoule
300 g de fraises
1/2 citron vert
25 cl de vin mousseux
2 cuil. à soupe de liqueur de fraise.

4 PERS. | 25 MIN | 10 MIN | 3 H

1. Rincez rapidement les fraises, ôtez leur pédoncule. Réservez-en quatre pour le décor. Mixez le reste avec 5 cl de vin mousseux. Tamisez le coulis obtenu.
2. Versez 20 cl d'eau et le sucre dans une casserole. Portez à ébullition sur feu moyen en remuant. Retirez du feu, laissez refroidir. Ajoutez le reste du vin mousseux, la liqueur et le jus du citron. Incorporez le coulis de fraises. Versez dans un plat peu profond. Placez au congélateur 3 h.
3. Toutes les 30 min, grattez les paillettes qui se forment sur les bords à l'aide d'une fourchette, en les ramenant vers le centre, et remettez au congélateur. Répartissez le granité dans des coupes. Décorez de fraises coupées. Servez tout de suite.

À NOTER Couvrez le plat avant de le glisser au congélateur, l'odeur de fraise y resterait. Cela évite aussi de renverser le granité en train de prendre.

LE BON ACCORD
Une blanquette-de-limoux aux fines bulles, pour ses parfums discrets, sa bouche souple et son faible degré d'alcool.

ROUGE DÉSIR Le rouge, c'est la couleur de la noblesse, du luxe, de Maxim's et de Ferrari. C'est aussi la couleur de l'amour divin, et du cœur. Emblématique de la Saint-Valentin, elle réveille les passions. C'est le feu et le sang, l'amour et l'enfer. Jusqu'au XIX[e] siècle, c'était la couleur de la robe de mariée. Dans les aliments, le rouge révèle la présence de flavonoïdes, puissants antioxydants qui préservent notre jeunesse et notre énergie.

ROUGE CADEAU En février, on fête Valentin, le saint des amoureux. Dans l'Antiquité, c'était le mariage de Zeus, ou l'hommage au dieu romain de la fertilité, Lupercus. Et on offre pour l'occasion des poèmes comme ceux d'Othon de Grandson, un grand poète élégiaque du Moyen Âge, des "chocolats d'affection" à la japonaise, ou juste des cartes nunuches à tous les gens qu'on aime, comme les écoliers anglo-saxons.

Terrine rubis poivron & framboises

IL VOUS FAUT

2 poivrons rouges
250 g de framboises
1/2 pomme
2 tiges de rhubarbe
3 brins de menthe
3 cuil. à soupe d'arrow root (magasins bio)
150 g de sucre.

4 PERS. | 25 MIN | 15 MIN | 4 H

1. Épluchez et émincez la rhubarbe. Faites bouillir 30 cl d'eau avec le sucre et faites-y pocher la rhubarbe 2 à 3 min. Laissez refroidir. Égouttez-la en réservant le sirop.
2. Épluchez la demi-pomme. Épépinez et lavez les poivrons, puis mixez-les avec la pomme et assez de sirop de cuisson de la rhubarbe pour obtenir 50 cl. Complétez au besoin avec de l'eau. Ajoutez l'arrow root délayé dans un peu d'eau froide.
3. Portez à ébullition, faites épaissir en remuant. Laissez tiédir. Versez dans un moule à cake en plusieurs couches, en intercalant les framboises et la rhubarbe, puis faites prendre 4 h au réfrigérateur.
4. Équeutez la menthe. Rincez-la et ciselez-la. Parsemez-en la terrine fraîche juste avant de servir.

À NOTER **Cette terrine a une texture fragile et très tendre. Pour obtenir une gelée plus ferme, ajoutez 2 g d'agar-agar en même temps que l'arrow root.**

LE BON ACCORD
Un vouvray demi-sec, blanc de Loire aux parfums de miel et au bel équilibre entre sucre et acidité.

Poires pochées au poivre du Sichuan

IL VOUS FAUT

6 poires conférence
1 bouteille de vin rouge
5 cl de crème de cassis
120 g de sucre
2 citrons
2 clous de girofle
3 étoiles de badiane
2 bâtons de cannelle
5 baies de poivre du Sichuan.

4 PERS. | 15 MIN | 35 MIN

1. Portez à ébullition dans une grande casserole le vin, le cassis, le jus d'un citron, le sucre, les clous de girofle, la badiane, la cannelle et le poivre du Sichuan.
2. Pelez les poires entières, sans enlever leur pédoncule. Citronnez-les au fur et à mesure. Pochez-les dans le vin pendant 20 min environ sur feu doux.
3. Égouttez-les. Rangez-les au réfrigérateur. Filtrez le jus de cuisson, faites-le réduire de moitié sur feu vif. Laissez-le refroidir puis nappez-en les poires.

À NOTER **Cassez les étoiles de badiane (qu'on appelle aussi anis étoilé) pour que leur arôme se diffuse mieux.**

LE BON ACCORD
Un gewurztraminer vendanges tardives bien parfumé, d'une année riche et sucrée.

MANGEZ ROUGE Il y a les légumes qui affichent la couleur : piment, poivron, oignon, chou. Sans oublier la viande rouge, les fruits rouges, et bien sûr le vin rouge ! On peut aussi être rouge sans le dire : la tomate, la grenade, la pastèque… Ou alors le devenir, comme le homard bleu, qui rougit à la cuisson, et l'écrevisse, car la chaleur transforme leur couleur. Alors à nous le menu tout rouge chaud-bouillant !

VOIR ROUGE Pour profiter à plein de leur charme, versez les préparations rouges dans des récipients transparents. Préférez un matériau offrant en plus des reflets irisés, comme le cristal. Mais le verre basique convient très bien, surtout s'il est fin. Enfin ne méprisez pas le plastique, qui comme chacun sait est fantastique… Il allie fantaisie et résistance. Atout supplémentaire, il se jette sans complexe !

ACCORDS & à cœur

LA FORCE DU GOÛT, LA DÉLICATESSE DU STYLE… ANNE-SOPHIE PIC EXCELLE DANS L'ART D'ÉQUILIBRER LES CONTRAIRES. VIRTUOSE EN MARIAGE DES SAVEURS, LA PLUS TITRÉE DE NOS CHEFS EXPOSE DANS SON *LIVRE BLANC** SES PLATS COMME AUTANT D'ŒUVRES D'ART. INSPIRANT !

Photos et recettes extraites du *Livre blanc d'Anne-Sophie Pic*, par Anne-Sophie Pic, photographies de Mickaël Roulier, stylisme culinaire Emmanuel Turiot, paru aux éditions Hachette Cuisine.

Le citron et la baie de genièvre en combinaison crémeuse et mousseuse, sorbet et jus de citron.

Carré blanc sur fond blanc, le dessert comme un tableau

Le **turbot** de petits bateaux cuit à la vapeur douce, oignons doux des Cévennes fondants aromatisés à la baie rose de Madagascar et truffe noire

LE TURBOT

★ 4 filets de turbot ★ 20 g de beurre infusé à la baie rose ★ 1,5 l d'eau ★ 75 g de sel.

LE BEURRE INFUSÉ À LA BAIE ROSE

★ 100 g de beurre ★ 1,8 g de baies roses de Madagascar moulues.

LA SAUCE BAIE ROSE

★ 10 g d'échalote ★ 7,5 cl de fumet de turbot ★ 2,5 cl de crème liquide ★ 75 g de beurre infusé à la baie rose ★ jus de truffe ★ sel et poivre.

LA COMPOTÉE D'OIGNONS DOUX DES CÉVENNES

★ 8 oignons doux des Cévennes ★ eau minérale ★ huile d'olive ★ 20 g de beurre infusé à la baie rose ★ 10 g de truffe noire hachée.

LA FINITION

★ 8 pétales d'oignon doux des Cévennes ★ 4 pétales d'oignon rouge ★ beurre infusé à la baie rose ★ fleur de sel à la baie rose ★ truffe noire.

4 PERS. | 1 H | 20 MIN

1. Le beurre infusé à la baie rose. Coupez le beurre en petites parcelles, faites-le chauffer légèrement en pommade. Incorporez la poudre de baies roses et tamisez à la passette fine.

2. Le turbot. Levez les filets de turbot, enlevez la peau. Taillez des morceaux de 75 g de forme rectangulaire. Réalisez une saumure en mélangeant l'eau et le sel. Plongez-y les morceaux de filet pendant 10 min. Épongez-les, mettez-les sous vide dans des sacs de cuisson avec le beurre infusé à la baie rose.

3. La sauce baie rose. Épluchez et émincez l'échalote, faites-la suer dans une casserole. Assaisonnez légèrement, ajoutez le fumet de turbot et la crème liquide, donnez une ébullition puis montez la sauce au beurre infusé à la baie rose sur feu doux. Ajoutez un peu de jus de truffe, rectifiez l'assaisonnement si nécessaire et mettez de côté.

4. La compotée d'oignons doux des Cévennes. Épluchez les oignons, taillez-les en deux, émincez-les le plus finement possible afin que la cuisson soit très rapide. Faites-les suer dans un sautoir en démarrant la cuisson à l'huile d'olive, assaisonnez afin de faire ressortir l'eau des oignons. Mouillez légèrement à l'eau minérale et poursuivez la cuisson sans laisser colorer. Une fois la compotée cuite et bien blanche, versez-la dans un bol posé sur de la glace.

5. La finition et la présentation. Au moment de servir, plongez les portions de turbot sous vide 1 min dans un bain-marie d'eau tempérée à 85 °C, puis plongez-les dans le thermoplongeur réglé à 52 °C. Quand les morceaux de turbot atteignent la température de 50 °C à cœur, stoppez la cuisson. Enlevez leur emballage et posez-les sur une plaque.

Déposez un rectangle de beurre infusé à la baie rose sur chaque filet, laissez fondre sous la salamandre. Assaisonnez de fleur de sel à la baie rose.

Réchauffez la compotée d'oignons doux avec du beurre infusé à la baie rose, assaisonnez et ajoutez la truffe hachée. À l'aide d'un emporte-pièce rectangulaire, tapissez-en les assiettes.

Déposez dans chaque assiette 2 pétales d'oignon blanc et 1 pétale d'oignon rouge embeurrés au beurre infusé à la baie rose. Déposez le poisson sur la compotée d'oignons, disposez des lamelles de truffe. Émulsionnez la sauce aux baies roses au Bamix (mixeur plongeant) et décorez-en chaque assiette.

Splendide alliance terre-mer

L'huître est sublimée par une fine fragrance de réglisse

Les **huîtres** spéciales Gillardeau n° 3, fine gelée et crémeux de yaourt brassé à la réglisse

4 PERS. | 40 MIN | 10 MIN | 16 H

LES HUITRES

★ 6 huîtres ★ atsina cress.

LA GELÉE D'HUÎTRE

★ première eau des huîtres ★ eau minérale (1/2 l pour 1/2 l d'eau des huîtres) ★ 1 feuille de gélatine pour 10 cl de liquide ★ sel fin.

LE LAIT INFUSÉ À LA RÉGLISSE

★ 1 l de lait ★ 30 g de bâtons de réglisse.

LE YAOURT BRASSÉ À LA RÉGLISSE

★ 60 g de poudre de lait ★ 130 g de yaourt nature ★ sel fin.

LES PICKLES DE CONCOMBRE

★ 90 g de vinaigre balsamique blanc ★ 80 g de sucre en poudre ★ 1 concombre.

1. Les huîtres. Ouvrez les huîtres, gardez la première eau dans un bol. Taillez-les en petits cubes, égouttez-les dans une passoire au frais.

2. La gelée d'huître. Passez la première eau des huîtres au linge étamine, ajoutez l'eau minérale, versez dans une casserole et faites bouillir, puis sortez aussitôt du feu. Filtrez au linge étamine, salez et ajoutez la gélatine.

3. Le lait infusé à la réglisse. Émincez les bâtons de réglisse en tranchettes de 0,5 cm d'épaisseur. Faites-les infuser dans un saladier avec le lait froid pendant 8 h au réfrigérateur.

4. Le yaourt brassé à la réglisse. Faites bouillir le lait infusé à la réglisse, laissez-le tiédir. Pendant ce temps, mélangez la poudre de lait et la fermentation lactique (le yaourt nature). Dès que le lait atteint la température de 50 °C, versez-le sur le mélange poudre de lait-yaourt. Mélangez rapidement. Versez la préparation en pots, placez-les 8 h dans la yaourtière. Il est important de faire cette manipulation très rapidement pour que le yaourt soit mis en yaourtière à 50 °C.

5. Les pickles de concombre. Faites bouillir le vinaigre et le sucre, sortez du feu aussitôt, laissez refroidir. Taillez le concombre à la trancheuse réglée sur la position 5. Placez-le dans une plaque et versez le vinaigre froid dessus. Recouvrez hermétiquement de film alimentaire. Mettez sous vide, puis recouvrez de papier d'aluminium pour protéger de la lumière. Laissez infuser 1 h 30.

6. La finition. Coulez 30 g de gelée d'huître par assiette et laissez prendre. Remplissez une plaque de moules en dômes Flexipan de tartare d'huîtres, coulez un peu de gelée à consistance d'huile. Chassez l'air au fond des dômes avec une cuillère afin que la gelée tapisse bien. Creusez la gelée dans l'assiette à l'aide d'un emporte-pièce de 7 cm. Brassez délicatement le yaourt. Disposez-le sur la gelée. Posez le dôme au centre de l'assiette. Ajoutez 14 petits pickles de concombre taillés en brunoise. Disposez les feuilles d'atsina cress. Râpez un peu de bâton de réglisse à la mandoline sur le yaourt et décorez de points d'huile d'olive. Assaisonnez l'huître de fleur de sel.

Les **poireaux** jaunes du Poitou et le caviar d'Aquitaine, anchois de Méditerranée marinés au bouillon au thé vert matcha

4 PERS. | 40 MIN | 20 MIN

LE BEURRE DE THÉ MATCHA

★ 100 g de beurre demi-sel ★ 3 g de thé matcha.

LE BOUILLON DASHI

★ 6 g de kombu ★ 20 cl d'eau ★ 6 g de bonite séchée.

LES ANCHOIS MARINÉS

★ 24 anchois frais ★ 100 g de fleur de sel de Guérande ★ 2 g de thé matcha ★ 15 cl d'huile de pépins de raisin.

LES POIREAUX JAUNES DU POITOU

★ 40 mini poireaux jaunes du Poitou ★ 30 g de gros sel.

LE TOAST MELBA AU CAVIAR D'AQUITAINE

★ 1/4 de pain de mie (300 g environ) ★ 50 g de beurre clarifié ★ 20 g de caviar d'Aquitaine.

LA SAUCE AU THÉ MATCHA

★ 18 cl de bouillon dashi ★ 100 g de beurre de thé matcha ★ le jus d'1/2 citron ★ vinaigre vieux de xérès ★ le zeste d'1 citron jaune ★ sel fin.

1. Le beurre de thé Matcha. Coupez le beurre en petites parcelles. Faites chauffer légèrement pour que le beurre devienne pommade, puis incorporez le thé matcha. Réservez au frais.

2. Le bouillon dashi. Faites infuser à froid le kombu dans l'eau pendant 30 min. Portez à ébullition, puis éteignez le feu et retirez le kombu. Ajoutez la bonite séchée, laissez cuire à frémissements pendant 2 min. Filtrez le bouillon à travers un linge étamine. Réservez.

3. Les anchois marinés. Écaillez et rincez les anchois. Levez les filets puis désarêtez-les. Mélangez la fleur de sel avec le thé matcha dans un bol, puis faites-y mariner les filets d'anchois pendant 3 min (ils doivent être totalement recouverts de sel). Rincez les anchois sous un filet d'eau froide, épongez-les, puis conservez-les recouverts d'huile de pépins de raisin dans un bol.

4. Les poireaux jaunes du Poitou. Nettoyez les poireaux, cuisez les à l'anglaise dans une eau bien salée au gros sel. Au terme de la cuisson, rafraîchissez-les à l'eau glacée pour bien fixer la couleur. Taillez les poireaux en bâtonnets de 6 cm de longueur. Réservez.

5. Le toast melba au caviar d'Aquitaine. Préchauffez le four sur thermostat 6 (180 °C). Taillez des tranches de pain de mie d'1,5 cm d'épaisseur à la trancheuse à jambon. Imbibez-les de beurre clarifié puis coupez-les à l'aide d'un emporte-pièce rond de 2 cm. Posez les pastilles de pain de mie entre deux plaques de cuisson, puis enfournez et cuisez pendant environ 8 min. Sortez du four et réservez dans un en-

Symphonie de couleurs et de saveurs

droit sec. Au dernier moment, répartissez le caviar sur les pastilles de toast melba. Préparez 5 toasts par personne.

6. **La sauce au thé matcha.** Chauffez le bouillon dashi dans une casserole. Montez la sauce avec le beurre de thé matcha bien froid, puis ajoutez le jus de citron, le vinaigre de xérès et le zeste de citron râpé. Laissez infuser quelques minutes puis filtrez à travers une passoire fine. Assaisonnez.

7. **La finition et la présentation.** Embeurrez les poireaux dans la sauce au thé matcha, ajoutez une noix de beurre de thé matcha au besoin pour bien les glacer. Disposez les poireaux en étoile dans les assiettes en formant des branches de 2 poireaux. Déposez les anchois entre les poireaux. Faites chauffer légèrement les assiettes, ajoutez la sauce matcha émulsionnée. Terminez avec les toasts de caviar déposés sur les anchois. Servez aussitôt.

Anne-Sophie Pic

“La cuisine est pour moi une page blanche”

Intense : À qui destinez-vous ce *Livre blanc* ?

A.-S. PIC : Avec mes livres “Scook”, je souhaitais rendre accessible au plus grand nombre ma cuisine. Ce *Livre blanc* est plus gastronomique, plus artistique aussi. Il témoigne de mon évolution depuis les subtilités timides de mes débuts jusqu’à la maturité et l’épure d’ aujourd’hui. Il dit aussi que la cuisine est pour moi une page blanche perpétuelle. Il y a deux ans, j’ai réinventé toutes les sauces, aujourd’hui je réexplore les cuissons…

Quel est le plat de notre sélection qui résume le mieux votre style ?

A.-S. PIC : Les poireaux. Il y a tout ce que j’aime : un bouillon minute avec du goût et de la couleur, mêlant amertume, végétal et iode ; la texture et la fraîcheur de l’anchois, poisson que j’adore ; l’accord poireau/thé matcha ; et le caviar, produit emblématique de la cuisine de mon père. C’est un plat dont j’ai poussé avec le temps l’intensité gustative.

Un amateur peut-il vraiment réussir vos recettes ?

A.-S. PIC : Elles sont complexes, mais je ne cache rien ! Il ne faut pas hésiter à les simplifier. Le fil conducteur de ma cuisine, ce sont les associations de saveurs. Ce sont d’elles qu’il faut s’inspirer : huître/réglisse, citron/genièvre, betterave/café par exemple. Et ce sera déjà sublime !

PROPOS RECUEILLIS PAR SOPHIE JANVIER

Le GRAND révolutionne

Jadis, pour le commun des gourmands, la gastronomie nordique se résumait au saumon gravlax et aux boulettes de l'épicerie d'Ikea. La Scandinavie, on y allait pour crapahuter dans les fjords ou se repaître de design, mais sûrement pas pour passer à table. Aujourd'hui, c'est la destination gastronomique en pointe.

Pour la troisième année consécutive, le restaurant Noma, à Copenhague, a été élu "meilleure table du monde" par le magazine anglais *Restaurant*. Ce qui, dans la profession, est un peu l'équivalent du Nobel ! Le *Michelin* n'est pas en reste : la Scandinavie compte 27 restaurants étoilés, dont 13 à Copenhague. Et qui a remporté en 2012 le Bocuse d'Or, le concours de cuisine le plus prestigieux du monde ? Dans l'ordre, un Norvégien, un Suédois et un Danois ! Vue d'ici, la "nouvelle cuisine nordique" reste un peu abstraite. Voire un tantinet gadget. C'est vrai qu'au Noma, en amuse-bouche, on vous sert des crevettes vivantes ? Des radis en feuilles dans un pot de "terre" comestible ? Des branches, des mousses, des écorces ? Oui, mais c'est juste la partie émergée de l'iceberg ! Foisonnante, la nouvelle cuisine nordique, tout comme la "révolution moléculaire" de l'Espagnol Ferran Adria en son temps, ne se résume pas à ses gimmicks médiatiques. Décryptage.

Jusqu'au début de notre siècle, les (rares) restaurants gastronomiques situés au nord du 54e parallèle étaient forcément "sous influence", française ou italienne s'entend. Formés au sud de l'Europe, leurs chefs en importaient les ingrédients et les recettes.

> Tout est local dans l'assiette. Ici, même la truffe blanche est suédoise.

LA BRIGADE PART À LA CUEILLETTE

Aujourd'hui, même si René Redzepi, le chef star du Noma, a fait ses classes chez les Pourcel à Montpellier, puis chez Ferran Adria à El Bulli, son "tasting menu" en vingt plats ne recèle pas un centilitre d'huile d'olive, ni un copeau de jambon ibérique. Car la jeune gastronomie nordique se veut rigoureusement "locavore" : elle n'utilise que des aliments qui poussent, sont produits ou pêchés dans cette partie du monde. Rayon "produits de la mer", de la Baltique au Groenland en passant par les îles Féroé, les eaux sont riches en flétans, cabillauds, harengs, oursins, homards, crabes royaux, langoustines

NORD la cuisine

LA GASTRONOMIE SCANDINAVE N'A JAMAIS FAIT AUTANT PARLER D'ELLE. MEILLEURE CUISINE DU MONDE OU DERNIÈRE MODE ? NOTRE ENQUÊTE.

TEXTE : M.-O. BRIET

et couteaux géants, crevettes, huîtres, saint-jacques… Au besoin, les morceaux de bravoure de la haute gastronomie trouvent leur équivalent local : ainsi les truffes blanches de l'île de Gotland, en Suède. L'huile de colza, typique de la région, se substitue à l'huile d'olive. Dans les "jus" et émulsions, la bière remplace le vin, et le vinaigre (de rhubarbe, de sureau…) le citron. Cette cuisine remet aussi à l'honneur les vieilles pratiques scandinaves, comme salaisons, saumures et fumaisons, méthodes de conservation traditionnelles pendant les longs hivers. Les pickles, ces fruits ou légumes au vinaigre, sont partout. De même que la moelle, le pain de seigle, la mélasse, le babeurre, le yaourt, base du régime des paysans danois.

"J'essaie d'inventer une cuisine qui redonne aux habitants du Nord une conscience culinaire, une fierté de leur terroir", dit Redzepi. Pour lui et ses pairs, la nature scandinave a tout à offrir. Beaucoup de chefs cultivent leur potager, où pousse la rhubarbe (un de leurs ingrédients fétiches), l'aneth et toutes sortes de légumes-racines, à l'aise sous ces latitudes. Ils ont leur fidèle réseau de fournisseurs : fermiers, pêcheurs, chasseurs (de rennes sauvages, de gélinottes) et… cueilleurs. Car cette cuisine "supernature" intègre une incroyable variété d'algues, de baies (argousier, cynorhodon, groseille à maquereau…), de fleurs, de champignons et d'herbes sauvages (oxalis, ail des ours, orties, aspérule odorante). Au Noma, toute la brigade part encore régulièrement pratiquer la cueillette.

AU MENU… MOUSSE ET ÉCORCES

Ils récoltent souvent… des lichens. Frits en tempura, on les sert croustillants, avec une petite crème d'ail (chez Magnus Nilsson, géant barbu et cuisinier surdoué du nord de la Suède) ou de la poudre de cèpes (au Noma). Thorsten Schmidt (Malling & Schmidt, à Aarhus au Danemark), autre jeune prodige et menuisier amateur à ses heures, adore, lui, accommoder… le bois. Il transforme l'écorce de bouleau en sorbet, et les copeaux de chêne odorants en snacks salés aériens. Pourquoi pas ? Pour ces chefs à l'insatiable curiosité, tout ce qui est comestible mérite d'être goûté et cuisiné !

La référence au monde "sauvage" passe aussi par le dressage des assiettes. Enfin, si l'on peut dire… Ici, la gastronomie ne met pas les petits plats dans les grands. Même la vaisselle est brute, minérale. Une langoustine king size est posée sur un énorme galet piqueté de sauce mousseuse, comme un

»

reste d'écume ; un cannelloni de gelée de persil entoure un couteau géant, échoué sur une plaque d'ardoise, au milieu de petites "flaques" d'huile à l'aneth. Quand ce n'est pas la plage qui débarque dans votre assiette, c'est la forêt : mousse, aiguilles de pin, crosses de fougères… Parfois, les chefs scandinaves la tapissent d'un "sol" comestible à base de flocons de pommes de terre, de céréales séchées… Au dessert, un semis de poudre de lait évoque la neige, et un chaos de meringues figure les icebergs. Le terroir scandinave, on s'en régale aussi et d'abord avec les yeux…

Le plus "nordique" des chefs français ? Alexandre Gauthier, La Grenouillère, à Montreuil (62).

À TABLE, 3 ÉTOILES MAIS PAS DE TRALALA

Compliqué ? Intello ? Un peu. Maritime et végétale, peu portée sur les desserts, cette cuisine peut aussi sembler un peu austère. Mais un dîner chez n'importe lequel de ces jeunes cuisiniers balaie les réticences. Leurs restaurants, en mode scandinave (parquet, cheminées, fleurs fraîches, bougies, peaux de mouton jetées sur des chaises vintage patinées) sont chaleureux. Même si les prix sont comparables (compter 160 à 200 €, vin non compris, pour leurs menus dégustation), rien à voir avec le tralala d'un étoilé français.

On vous explique, sans jargon, le contenu et le mode d'emploi de chaque plat. Des siphons, des "Pacojet", des fours basse température, il en faut, bien sûr, pour concocter ces granités, ces neiges, ces écumes, ces sables ou ces "papiers" translucides de potiron ou de betterave… Mais la technique n'est pas là pour bluffer le client. Au fil d'un show culinaire éblouissant, plein de surprises et de rebondissements, cette cuisine s'avère aussi paradoxale… que fascinante. Certains plats sont un peu ascétiques ? Oui, mais d'autres sont incroyablement sensuels, colorés, jouissifs. Et même si l'entreprise s'appuie, au départ, sur un socle un peu dogmatique (en 2004, juste avant l'ouverture du Noma, *Le Manifeste de la cuisine nordique,* de Redzepi et son

Noma, *un ouvrage à découvrir paru chez Phaïdon, 49,95€.*

Trois créations emblématiques du Noma

Le "champ de légumes". Une pierre plate sert de support à de jeunes légumes blanchis, passés dans une émulsion au beurre, puis dressés dans une purée de pommes de terre. Ils jaillissent d'une "terre" faite de farine, de malt et de noisettes, arrosée de bière et de beurre et séchée au four. Ce plat-paysage évoque l'espace et le temps, la campagne scandinave et le passage des saisons…

Le "tartare de bœuf à l'oxalis, estragon et genièvre". Le carré de viande hachée est recouvert d'une "prairie" d'oxalis juste éclos, escorté d'un sillage de sauce au genièvre et de condiment à l'estragon. Cru, primitif, archaïque, ce plat, le préféré de René Redzepi, se mange avec les doigts, comme dans un festin viking !

Les "myrtilles dans leur environnement naturel". Elles semblent enfouies dans un tapis de mousse où subsistent quelques touches de neige (qui sont des boules de glace à l'épinette et de sorbet à la myrtille). Ce dessert en trompe-l'œil intègre aussi des petits dés de brioche, un granité à l'épinette, de l'oseille et de la bruyère.

associé Claus Meyer, en a posé les dix grands principes), elle reste très spontanée. Malgré la sophistication des préparations, on a l'impression de goûter l'aliment brut, juste cueilli ou pêché, à peine transformé. Comme si cette cuisine se concentrait sur l'essentiel : l'authenticité du produit et l'évidence des saveurs.

Le nouveau Graal des nutritionnistes : le régime nordique, meilleur que la diète crétoise.

CHEFS FRANÇAIS SOUS INFLUENCE

Euphorisante pour les neurones comme pour les papilles, la cuisine scandinave est-elle devenue pour autant, en moins de dix ans, la "meilleure du monde" ? En tout cas, c'est sûrement la plus créative du moment. Et cette effervescence fait boule de neige… jusque dans l'Hexagone. Rien de plus logique. Les jeunes chefs nordiques vénèrent Michel Bras (à Laguiole), ce cuisinier un peu monacal, immortel inventeur du gargouillou aux herbes sauvages, ou Alain Passard (L'Arpège, à Paris), autre grand magicien du végétal. L'exigence, le sens de l'improvisation, la virtuosité décontractée d'un Pascal Barbot (L'Astrance, à Paris) sont aussi pour eux une référence. Quant à Iniaki Aizpitarte (Le Chateaubriand, à Paris), c'est un vrai compagnon de route de la révolution nordique et un habitué de ses festivals culinaires. Son approche ludique et un peu "brutaliste" de la gastronomie a d'emblée séduit les Scandinaves.

Aujourd'hui, à leur tour d'influencer la jeune génération hexagonale. Un exemple ? Sven Chartier, qui doit son prénom à un aïeul suédois, sert au Saturne (anagramme de "natures"), à Paris, dans une salle au design très nordique, des mets qu'on pourrait croiser "tout là-haut" : ses couteaux géants aux poireaux "brûlés" qui débarquent entiers dans l'assiette, avec leur toupet, ou son sorbet au foin. Mais le plus nordique de nos cuisiniers français est sans doute… un Nordiste : Alexandre Gauthier, de La Grenouillère, à Montreuil (Pas-de-Calais). Dans une salle très design (tables en cuir, lianes au plafond, grand brasero) ouverte sur la nature environnante, ce trentenaire surdoué affectionne également les plats bruts et "supernature", souvent spectaculaires (meringue à l'encre, bulle de glace à l'oseille) et un brin provocateurs (eau de mer reconstituée). Fondu d'herbes, lui aussi adore déraciner les clichés en servant des fraises vertes ou des fleurs de haricot à la bière fraîche. Son plus célèbre plat signature est un homard entier niché dans un buisson de genièvre en flammes, qui se déguste avec les doigts et ne déparerait pas chez les fous de cuisine paléolithique du Grand Nord.

Ce qui se joue aujourd'hui dans les restaurants scandinaves n'est pas un épiphénomène isolé, ni une tocade de la tribu des "foodies". Pour l'instant, cela reste une affaire de grands chefs et de clients fortunés, mais cela pourrait changer. Car la révolution scandinave intéresse aussi beaucoup… les nutritionnistes. Pilotées notamment par le gouvernement danois, qui aimerait capitaliser sur le concept, des études ont prouvé que le régime nordique est excellent pour la santé. Riche en légumes, fruits de mer, poissons gras aux oméga 3, baies antioxydantes, il réhabilite aussi les céréales complètes (seigle, avoine) et les laitages maigres (yaourt, lait de chèvre). L'huile de colza aurait même des propriétés équivalentes à celle de l'huile d'olive. Nous voilà prévenus : dans un futur proche, le régime nordique entend bien faire de l'ombre à la célèbre diète méditerranéenne. À quand le gratin de lichens et le sorbet au bouleau chez Picard ? ■

Des algues… aux insectes

Un labo à la disposition des chefs aussi bien que des industriels.

Si le restaurant Noma, à Copenhague, est le vaisseau amiral de la cuisine scandinave, le Nordic Food Lab, juste en face, en est le bateau pilote. Installée sur une péniche, sa cuisine flottante est le terrain de jeux de cuisiniers biologistes qui infusent, salent, fument, déshydratent, laissent moisir et fermenter tout ce que leur offre la nature. Outre des vinaigres hallucinants, des carottes "vintage" (cueillies des mois après maturité) ou un sorbet à l'algue rouge, ils ont aussi inventé la version scandinave du miso japonais, et une sauce cousine du nuoc-mâm… aux carcasses de sauterelles ! Car bien sûr, les insectes font partie de leur expérimentations. Rêvant de "déplacer les frontières du comestible et du non comestible", ils proposent une recette de fourmis grillées avec une mayonnaise à base de larves d'abeille. Délicieux, ont dit les cuisiniers et journalistes invités.

Sésame et combava PUISSANT !

CRÉATION ET RÉALISATION : M. ALBERTIN - PHOTOS : B. WINKELMANN
TEXTE : M. DARMONI - VINS : I. BACHELARD - STYLISME : S. WINKELMANN

SÉPARÉMENT, ILS ONT UN CARACTÈRE AFFIRMÉ. ENSEMBLE, ILS CRÉENT UNE HARMONIE INCROYABLE. UN MARIAGE DE SAVEURS À CÉLÉBRER SANS TARDER.

Le combava (ou combawa) est une variété de citron originaire de Malaisie. Il ressemble à un citron vert, mais sans jus, et avec une peau plus épaisse, bosselée et grumeleuse. On utilise son zeste, finement râpé, et ses feuilles (appelées kaffir ou keffir), avec parcimonie car ils ont un goût puissant, bien plus fort que ceux du citron jaune et vert. Le combava parfume les plats traditionnels réunionnais (rougails de viande et de tomate) et la cuisine thaïlandaise. Autre ingrédient classique de la gastronomie asiatique, présent aussi autour de la Méditerranée, le sésame s'utilise sous forme de graines, blondes ou brunes (qui apportent du croquant), de crème (tahiné), de pâte sucrée (halva) ou d'huile (uniquement en assaisonnement). Le sésame a un goût de grillé très intense qui calme l'acidité du combava. À l'inverse, ce dernier tempère la force du sésame, qui a tendance à écraser les saveurs d'un plat. Les deux réunis forment un condiment vivifiant, où les saveurs s'équilibrent. Facile à réaliser, ce mariage invite au voyage.

HUILE ÉQUITABLE

Avec son petit goût de noisette, l'huile de sésame apporte une saveur inimitable. Elle peut être claire ou sombre, selon les graines utilisées. Si elles sont torréfiées, l'huile prend un parfum de grillé supplémentaire. Choisissez-la bio de préférence, et si possible du commerce équitable, comme l'huile de la marque Émile Noël, qui fait vivre quelque dix mille producteurs dans 173 villages du sud du Mali.

Coup de soleil sur la tartine

Crostone à l'effeuillée de morue, combava et sésame

4 PERS. | 5 MIN 24 H À L'AVANCE, 25 MIN LE JOUR MÊME | 30 MIN

★ 400 g de filets de morue ★ 4 tranches de pain de campagne ★ 150 g d'hoummous ★ 1 combava ★ 2 citrons verts ★ 8 tomates cerises ★ 2 cuil. à café d'huile de sésame torréfié ★ 1 cuil. à soupe de sésame complet ★ 1 cuil. à soupe d'huile de pépins de raisin ★ 2 cuil. à café de vinaigre de riz ★ 1 pointe de purée de piment.

LE COURT-BOUILLON

★ 4 feuilles de combava ★ 1 bâton de citronnelle ★ 1 piment oiseau ★ 1 morceau de gingembre frais ★ quelques grains de poivre.

1. Déposez la morue dans une passoire à pieds, immergez le tout dans un saladier d'eau froide, laissez dessaler 24 heures en changeant l'eau cinq ou six fois.

2. Préparez le court-bouillon dans une grande casserole avec 2 l d'eau, la citronnelle coupée en tronçons, le gingembre en rondelles, le piment oiseau ouvert et débarrassé de ses graines, les feuilles de combava et du poivre. Portez à ébullition, faites frémir 20 min, filtrez et laissez refroidir.

3. Déposez la morue égouttée dans le court-bouillon refroidi, portez à frémissements et pochez 10 min. Égouttez-la, effeuillez-la, versez-la dans un saladier avec le zeste râpé et le jus du combava et d'1 citron, les deux huiles, le vinaigre et le piment. Laissez mariner 1 h.

4. Coupez les tomates en quartiers. Détaillez le deuxième citron vert en éclats. Faites griller le pain, tartinez-le d'hoummous, répartissez la morue, les tomates et les éclats de citron, parsemez de sésame, aspergez de quelques gouttes d'huile de sésame.

LE VIN **Un blanc sera le bienvenu avec le poisson, vif pour les agrumes et ensoleillé pour l'hoummous : côtes-de-provence, vin-de-corse ou lirac du sud de la vallée du Rhône.**

COMBAVA OÙ TE CACHES-TU ?

Originaire d'Asie, le combava a été acclimaté sous nos latitudes par des arboriculteurs du sud de la France tels que Michel Bachès, qui fournit chefs et épiceries fines. Le combava s'achète couramment dans les épiceries asiatiques, on en trouve aussi sur le site de l'épicerie de Rungis. Si vous ne l'utilisez pas entièrement, râpez et séchez le zeste, il se garde dans une boîte fermée. Ses feuilles peuvent aussi être congelées.

La plus chic des fondues light

Crème de combava et fruits au sésame

4 PERS. | 30 MIN | 30 MIN

LA CRÈME

★ 1/2 l de lait ★ 5 œufs ★ 1 combava ★ 80 g de sucre.

LES FRUITS

★1 banane ★ 12 physalis ★ 12 gros grains de raisin rosé ★ 1 pomme pink lady ★ 2 clémentines ★ 40 g de halva (pâte de sésame) ★ 3 cuil. à soupe de sésame blond.

L'ENROBAGE

★ 250 g de sucre semoule ★ le jus d'1/2 citron ★ quelques gouttes de colorant rouge.

1. Détachez les quartiers des clémentines. Coupez les bananes en 8 rondelles. Détaillez la pomme en billes à l'aide d'une cuillère parisienne de 2 cm. Laissez sécher ces fruits 2 h sur du papier absorbant.
2. Pour la crème, fouettez les 5 jaunes avec le sucre. Portez le lait à ébullition dans une casserole, versez-le doucement sans en tournant sur le mélange œufs-sucre. Reversez dans la casserole, faites épaissir à feu doux sans cesser de remuer. Retirez du feu quand la crème nappe la spatule.
3. Râpez le zeste du combava, ajoutez-le dans la crème, recouvrez d'un film étirable, laissez refroidir et placez au frais.
4. Plantez une pique dans chaque fruit. Étalez le sésame dans une assiette.
5. Faites cuire le sucre avec 8 cl d'eau et le jus de citron en caramel dans une casserole d'1/2 l, env. 5 min (155 °C).
6. Retirez du feu, trempez-y les fruits, puis roulez-les dans le sésame et déposez-les sur du papier siliconé.
7. Reposez la casserole sur le feu, ajoutez le colorant rouge et trempez-y les boules de pomme.
8. Répartissez la crème dans de jolies coupes, décorez d'éclats de halva, posez-les sur des assiettes avec les fruits.

LE VIN **Avec ce dessert fruité, servez des bulles fraîches et légères : une blanquette de Limoux du Languedoc ou une clairette de Die de la vallée de la Drôme.**

Ris de veau croustillants au sésame, condiments combava et artichaut

4 PERS. | 40 MIN | 30 MIN

★ 500 g de ris de veau prêts à cuire ★ 2 cuil. à soupe de sésame blond et noir ★ 4 brins de ciboulette ★ 40 g de beurre ★ 1 cuil. à soupe d'huile de pépins de raisin ★ 1 cuil. à s. de farine ★ 1 combava.

LES FRITES DE PANISSE ★ 125 g de farine de pois chiche ★ 1 cuil. à soupe d'huile de sésame ★ 1/2 cuil. à soupe de sel ★ poivre.

LES CHAMPIGNONS ★ 250 g de chanterelles ★ 4 champignons "eryngii" ou 200 g de shiitakés ★ huile de sésame ★ beurre.

LE CONDIMENT COMBAVA ★ 1 combava ★ 1 citron vert ★ 100 g de sucre ★ quelques gouttes d'huile de sésame.

LE CONDIMENT ARTICHAUT ★ 2 fonds d'artichauts surgelés ★ 2 grosses cuil. à café de tahiné (crème de sésame) ★ 1 combava ★ sel, poivre.

1. Les frites. Faites chauffer 1/2 l d'eau dans une casserole avec l'huile, le sel et 1 pincée de poivre. Incorporez la farine en fouettant 12 min. Versez dans un moule à cake, lissez, filmez et réservez au frais 2 heures.

2. Détaillez cette pâte en frites. Au moment de servir, faites-les dorer à l'huile de pépins de raisin, égouttez-les sur du papier absorbant.

3. Le condiment combava. Portez 16 cl d'eau et le sucre à ébullition, ajoutez le combava en petits dés et le jus de citron, laissez confire, puis mixez avec une goutte d'huile de sésame.

4. Le condiment artichaut. Faites cuire les fonds à l'eau bouillante salée 20 min. Mixez avec le tahiné, une pincée de poivre, le jus du combava et un peu de son zeste râpé.

5. Les champignons. Nettoyez les chanterelles, coupez les eryngii en lamelles. Poêlez-les séparément dans le beurre et l'huile, salez et poivrez, ajoutez un filet d'huile de sésame, réservez au chaud.

6. Les ris de veau. Farinez les ris. Faites chauffer l'huile et le beurre dans une poêle, faites-y dorer les ris 10 min environ en les arrosant régulièrement. Retirez-les, salez et poivrez. Déglacez la poêle avec le jus du combava, arrosez les ris de veau avec ce jus, parsemez de sésame et d'un peu de zeste râpé.

7. Présentez les ris avec les champignons et les frites, parsemez de ciboulette ciselée. Servez les condiments à part.

LE VIN **Un blanc de caractère, complexe et généreux, mais avec une belle acidité, comme un chignin-bergeron de Savoie épanoui par quelques années de cave.**

Un classique qui passe à la cuisine fusion

LE GOMASIO, SEL DE SÉSAME

À base de sésame et de sel, ce condiment japonais permet de saler sans trop abuser du sodium. Il est parfait sur ces ris de veau. Il s'achète tout prêt dans les épiceries asiatiques, mais il est facile à préparer soi-même : il suffit de faire griller des graines de sésame et de les mixer avec du gros sel (environ 1/6).

La belle gueule du

DE GAUCHE À DROITE ET DE HAUT EN BAS.

BLOC COUTEAU en ébène de Macassar équipé de 5 couteaux et d'un aiguiseur avec manches en ébène. 27,5 x 38,5 x 12,5 cm. *1800 €, Zwilling.* **BOUGEOIRS** en teck huilé de 33 cm et 38 cm de haut. *99 € et 110 €, The Conran Shop.* **PLATEAU CARRÉ** 39,5 x 39 cm. *130 €, UP.* **PLANCHES À DÉCOUPER** en bambou façon puzzle, 27 x 17 cm. *17,50 € les deux, Totally Bamboo aux Galeries Lafayette.* **MOULIN À POIVRE, SEL, ÉPICES…** en hêtre naturel, 25 x 6,5 cm. *55 €, The Conran Shop.* **PANIER** en saule sur structure en châtaignier, 43 x 26 x 26 cm. *89 €, Landmade.*

LE NATUREL REVIENT AU GALOP. HÊTRE, BOULEAU, ÉBÈNE ET BAMBOU RÉCHAUFFENT AVEC GRÂCE L'UNIVERS DE LA CUISINE.

RÉALISATION : S. BENDAVID - PHOTO : N. D'ARCHIMBAUD

BOIS

ÉPAISSES PLANCHES À FROMAGE en bois naturel vernis, 20 cm ou 29 cm de diamètre, 6 cm et 10 cm de haut. ***20 € et 30 €, Eno chez Fleux.*** **BOUGEOIR** en teck huilé, 33 cm. ***100 €, The Conran Shop.*** **PLANCHE À DÉCOUPER** en hêtre massif à poignée en cuir pour la suspendre, 25 cm. ***15 €. AM-PM.*** **CORBEILLE À FRUITS** en bouleau, 30 x 29,8 cm. ***20 €, Norman Copenhagen aux Galeries Lafayette.*** **BROSSE À RÉCURER** en bouleau huilé et fibres de coco, 12 cm. ***24 €. Landmade.*** **POÊLE ET CASSEROLE** en céramique à poignées en bois naturel, 16 cm et 20 cm. ***20 € et 20 €, BHV.***

↪ Adresses en fin de numéro

Chaud

Froid

Le yin et le yang. Le **chaud et le froid.** Le gel et le feu. La toujours fructueuse opposition des contraires. Jouons-en. Certains experts l'affirment : une **exposition répétée** au froid stimule nos défenses, améliore la **qualité du sommeil** et de l'humeur. Même les nutritionnistes sont avec nous. À partir de moins 5 °C, un **apport calorique supplémentaire** est autorisé, voire recommandé, pour résister au froid. Alors, soufflons le chaud avec ces **soupes créatives** et ces cocottes fumantes, et affrontons les frimas avec les sucres, lents ou rapides, de ces **desserts au goût d'enfance.**

P. 32 • TOP 10
P. 42 • COMBINÉ NORDIQUE
P. 48 • DÉCALAGES EXQUIS
P. 52 • COUP DE CHAUD
P. 56 • VERRES D'HIVER
P. 58 • AVIS DE DOUCEURS
P. 60 • POTIONS MAGIQUES

Velouté de chou-fleur au chèvre, chips de lard et noix

« Crémeuse, toute simple, mais agrémentée de textures et de couleurs qui créent la surprise. »

Top 10

Nage, velouté, bouillon, crème… La soupe nous régale de son inépuisable créativité. Démonstration.

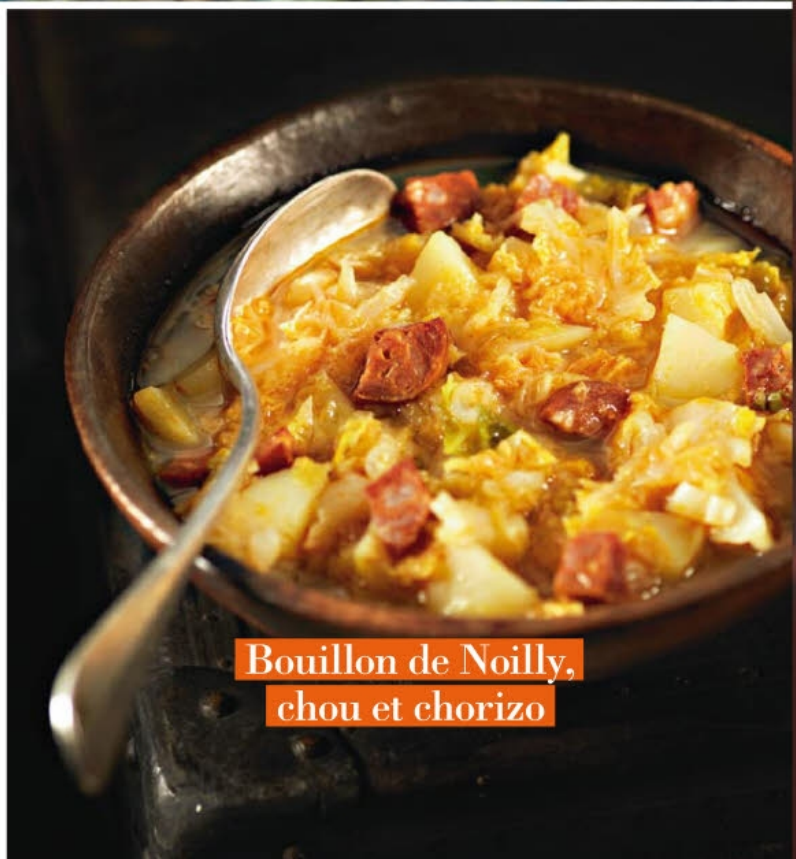
RECETTES : A. BLIN-GAYET

Bortsch végétarien et nuage rose à la coriandre

Recettes pages suivantes

Bouillon de gambas, gremolata aux pignons

Nage de riz noir au saumon fumé, pesto de noix



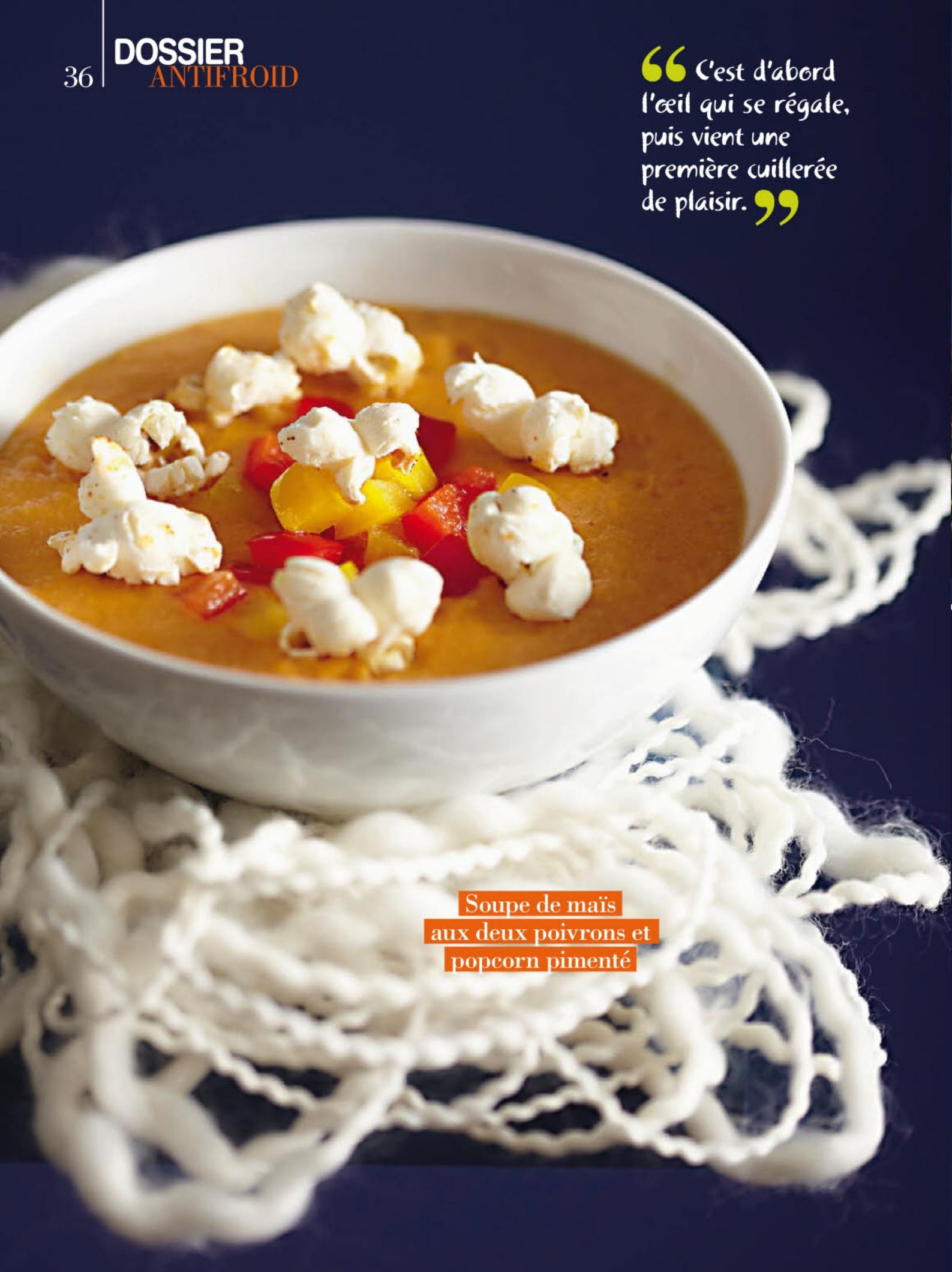
Bouillon de Noilly, chou et chorizo

“Iodée, végétale, forestière… Ancrée dans un terroir, la soupe raconte une histoire.”

Soupe “Promenons-nous dans les bois”

Recettes pages suivantes

« C'est d'abord l'œil qui se régale, puis vient une première cuillerée de plaisir. »



Soupe de maïs aux deux poivrons et popcorn pimenté

Soupe de pois au lard fumé et sésame noir

Velouté de céleri et potiron aux pépites de lapin

Crème épicée d'épinards et pourpier au lait de coco

Recettes pages suivantes

1 Bouillon de Noilly, chou et chorizo

6 PERS. | 20 MIN | 1 H

★ 250 g de chorizo à griller ★ 400 g de pommes de terre ★ 1 chou vert frisé ★ 1 oignon ★ 1 bouquet garni ★ 4 cuil. à soupe de Noilly Prat (au rayon apéritifs) ★ sel, poivre.

1. Éliminez les feuilles extérieures du chou. Coupez-le en quartiers. Retirez le trognon, émincez les feuilles. Épluchez et coupez les pommes de terre en dés. Pelez et émincez l'oignon.
2. Faites revenir le chorizo 10 min à feu doux dans un faitout. Retirez-le, faites fondre l'oignon 2 min à la place. Ajoutez le chou et 1,5 litre d'eau. Portez à ébullition. Ajoutez les pommes de terre et le bouquet garni. Faites cuire 30 min à couvert sur feu doux.
3. Coupez le chorizo en tranches. Ajoutez-le dans la soupe avec le Noilly, cuisez 5 min. Salez, poivrez et servez.

CONSEIL Le Noilly apporte une note de noix, qu'on peut accentuer avec un filet d'huile de noix versée sur la soupe.

2 Velouté de céleri et potiron aux pépites de lapin

4 PERS. | 30 MIN | 45 MIN

★ 500 g de potiron ★ 1/2 céleri-rave ★ 10 cl de crème liquide.

Les pépites de lapin

250 g de râble de lapin désossé ★ 6 brins de persil ★ 1 tranche de pain de campagne ★ 10 cl de lait ★ 1 œuf ★ 1 l de bouillon de volaille ★ sel, poivre du moulin.

1. Préparez les pépites. Hachez le lapin. Mélangez-le avec le pain trempé dans le lait et bien pressé, le persil ciselé et l'œuf. Salez, poivrez. Façonnez des boulettes entre vos mains mouillées. Faites-les pocher 15 min dans le bouillon frémissant.
2. Ôtez l'écorce, les graines et les filaments du potiron. Coupez la chair en dés. Pelez et émincez le céleri.
3. Recouvrez le potiron et le céleri de 75 cl de bouillon de cuisson des boulettes dans une casserole (gardez les boulettes au chaud dans le reste de bouillon). Cuisez 25 min à feu doux.
4. Ajoutez la crème. Laissez frémir encore 5 min puis lissez la soupe au mixeur plongeant. Salez, poivrez. Garnissez de pépites de lapin et servez.

CONSEIL On peut aussi faire de toutes petites pépites et les servir dans une soucoupe à côté du velouté. Pensez à réduire le temps de cuisson.

3 Bortsch végétarien et nuage rose à la coriandre

6 PERS. | 25 MIN | 30 MIN

★ 750 g de betteraves cuites ★ 2 gros oignons rouges ★ 1 petite pomme de terre ★ 2 tomates ★ 1,2 l de bouillon de légumes ★ 20 cl de crème liquide ★ 1/2 cuil. à café de coriandre moulue ★ 6 brins de coriandre fraîche ★ 2 cuil. à soupe d'huile ★ 2 cuil. à soupe de vinaigre blanc ★ 2 cuil. à soupe de sucre ★ sel, poivre.

1. Pelez et émincez finement les oignons. Mélangez-en un tiers dans un bol avec le vinaigre blanc, le sucre et un peu de sel fin. Laissez-les mariner le temps de préparer la soupe.
2. Faites revenir le reste des oignons 5 min dans une grande casserole avec l'huile. Ajoutez les tomates rincées et coupées en quartiers et la pomme de terre pelée et émincée.
3. Mélangez, mouillez avec le bouillon et faites cuire 15 min à couvert. Ajoutez les betteraves pelées et coupées en dés. Laissez cuire encore 10 min.
4. Mixez la soupe et passez-la à travers une passoire fine, ajustez l'assaisonnement et maintenez au chaud.
5. Montez la crème bien froide en chantilly avec une pincée de sel. Incorporez délicatement la coriandre moulue et 1 cuil. à café de soupe afin d'obtenir une belle couleur rose.
6. Répartissez le velouté dans des bols, garnissez d'une cuillerée de crème fouettée, parsemez avec les oignons marinés égouttés et des pluches de coriandre fraîche.

CONSEIL Achetez si possible des betteraves cuites au feu de bois chez un marchand de légumes ou au marché.

4 Soupe "Promenons-nous dans les bois"

4 PERS. | 20 MIN | 30 MIN

★ 300 g de girolles surgelées ★ 250 g de champignons de Paris ★ 250 g de châtaignes cuites ★ 1 litre de bouillon de volaille ★ 15 cl de crème liquide ★ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ★ sel, poivre, fève tonka.

1. Faites revenir les girolles à sec dans une cocotte jusqu'à ce qu'elles rendent leur eau (5 min environ), retirez-les.

2. Essuyez la cocotte. Faites-y sauter à l'huile les champignons de Paris émincés avec les girolles égouttées, jusqu'à ce qu'ils commencent à dorer, 5 à 6 min sur feu vif. Salez et poivrez.
3. Remplacez-les par les châtaignes. Versez le bouillon. Portez à ébullition, couvrez et cuisez 10 min.
4. Ajoutez les champignons (gardez-en quelques-uns pour la finition). Cuisez encore 10 min. Lissez la soupe au mixeur plongeant. Ajoutez la crème, goûtez. Réchauffez à feu doux.
5. Décorez avec les champignons réservés. Ajoutez une râpée de fève tonka au tout dernier moment.

CONSEIL Pas de tonka sous la main ? Osez une pincée de chocolat noir intense râpé à la place.

5 Velouté de chou-fleur au chèvre, chips de lard et noix

6 PERS. | 25 MIN | 30 MIN

★ 1 chou-fleur moyen ★ 2 oignons ★ 6 tranches fines de lard fumé ★ 1 chèvre frais ★ 12 cerneaux de noix ★ 1,2 l de bouillon de volaille ★ 10 cl de crème fraîche ★ 3 cuil. à soupe de miel de lavande ★ 2 cuil. à soupe d'huile d'olive ★ 1 cuil. à soupe de vinaigre de xérès ★ 6 brins d'aneth ★ sel, poivre blanc.

1. Pelez et émincez les oignons. Faites-les suer 5 min à feu doux dans un faitout avec l'huile d'olive. Nettoyez le chou-fleur et détaillez-le en petits bouquets. Ajoutez-les dans le faitout avec un peu de sel et de poivre, poursuivez la cuisson pendant 5 min.
2. Mouillez avec le bouillon, couvrez et faites cuire à feu vif 15 min.
3. Pendant ce temps, préparez vos chips de lard. Étalez les tranches de lard sur une assiette entre deux couches épaisses de papier absorbant et faites-les cuire 4 à 5 min au micro-ondes à pleine puissance, jusqu'à ce que le lard soit croustillant. Mélangez le miel avec le vinaigre dans un petit bol.
4. Mixez la soupe avec la crème, goûtez, ajustez l'assaisonnement et maintenez au chaud sur feu très doux.
5. Répartissez dans des bols et garnissez d'un morceau de chèvre frais. Décorez avec les chips de lard, les cerneaux de noix et une pluche d'aneth. Arrosez de quelques gouttes du mélange vinaigre et miel et servez.

CONSEIL Pour intensifier la saveur des noix, passez-les 5 min au four préchauffé à th. 6 (180 °C). Mais surveillez, car elles brûlent vite.

6 Nage de riz noir au saumon fumé et pesto de noix

4 PERS. | 30 MIN | 25 MIN

★ 50 g de riz noir "venere" ★ 1/2 pak-choi (chou chinois) ★ 100 g de graines germées (alfalfa) ★ 2 tranches de saumon fumé ★ 1 l de bouillon de légumes ★ 1 cuil. à soupe d'huile ★ sel, poivre.

Le pesto : 4 oignons nouveaux **★ 1 bouquet de persil ★ 30 g de noix ★ 3 cuil. à s. d'huile de noix.**

1. Faites revenir le riz à sec 3 min dans une poêle antiadhésive.
2. Nettoyez le chou. Plongez-le 2 min dans de l'eau bouillante salée. Rafraîchissez, égouttez et émincez-le grossièrement. Faites-le revenir 5 min dans l'huile. Ajoutez le riz, mélangez. Versez le bouillon de légumes. Portez à ébullition, couvrez, cuisez 15 min.
3. Préparez le pesto. Ciselez les oignons et le persil. Mélangez-les avec les noix concassées et l'huile de noix.
4. Ajoutez les graines germées dans la soupe. Salez, versez dans des bols. Répartissez le saumon en lanières roulées, garnissez d'une cuillerée de pesto.

CONSEIL Excellent aussi avec du riz rouge ou même du riz blanc parfumé thaï.

7 Bouillon de gambas, gremolata aux pignons

4 PERS. | 25 MIN | 30 MIN

★ 12 gambas ★ 2 gros poireaux ★ 1 oignon ★ 2 gousses d'ail ★ 1/2 citron bio ★ 2 cuil. à soupe de pignons de pin ★ 2 brins de persil ★ 1 l de bouillon de légumes ★ 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ★ 1 cuil. à soupe de parmesan râpé ★ poivre.

1. Nettoyez les poireaux et séparez la partie blanche et vert tendre du vert foncé. Détachez les têtes des gambas, décortiquez les queues en leur laissant le dernier anneau.
2. Faites revenir 5 min les carapaces et les têtes à feu vif avec l'huile dans un autocuiseur. Ajoutez le bouillon, le vert foncé des poireaux et l'oignon pelé. Fermez et faites cuire sous pression 15 min.
3. Incisez le dos des gambas, éliminez le filament noir. Émincez en lanières le blanc des poireaux.
4. Pour la gremolata, mélangez le zeste du citron, les pignons, l'ail haché, le parmesan et le persil ciselé.
5. Filtrez le bouillon. Ajoutez le blanc de poireau, cuisez 5 min. Ajoutez les gambas, cuisez 5 min à feu moyen. Parsemez de gremolata et servez aussitôt.

CONSEIL Utilisez de grosses gambas surgelées, décongelées dans leur emballage pendant une nuit au réfrigérateur.

8 Soupe de maïs aux deux poivrons et popcorn pimenté

6 PERS. | 20 MIN | 30 MIN

★ 800 g de grains de maïs doux ★ 2 oignons ★ 1 poivron jaune ★ 1 poivron rouge ★ 1 petit sachet de popcorn cuisson micro-ondes ★ 1,2 l de bouillon de légumes ★ 2 cuil. à soupe d'huile de maïs ★ 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ★ 20 g de beurre ★ 1/2 cuil. à café de cumin moulu ★ 2 pincées de cayenne ★ 1/2 cuil. à café de thym séché ★ sel, poivre.

1. Faites revenir les oignons émincés 5 min à feu vif dans une casserole avec l'huile de maïs, le cumin, sel, poivre.
2. Ajoutez les grains de maïs, mélangez, versez le bouillon et assez d'eau pour recouvrir les légumes de 3 cm. Couvrez et faites cuire 20 min.
3. Épépinez les poivrons, coupez-les en dés. Faites-les revenir 5 min dans une poêle à feu vif avec l'huile d'olive, le thym, sel et poivre, en mélangeant fréquemment. Maintenez au chaud.
4. Faites cuire le popcorn selon les instructions du paquet, 3 min environ au micro-ondes. Assaisonnez avec un peu de sel et le cayenne.
5. Mixez la soupe au blender, passez-la à travers une grande passoire fine pour retenir les peaux. Mixez à nouveau avec le beurre, rectifiez l'assaisonnement.
6. Répartissez dans des bols, décorez au dernier moment avec le duo de poivrons poêlés et le popcorn pimenté.

CONSEIL Un moulin à légumes convient aussi pour réduire la soupe en purée, il retiendra les peaux du maïs.

9 Crème épicée épinards-pourpier au lait de coco

6 PERS. | 25 MIN | 25 MIN

★ 100 g de pourpier (+ quelques feuilles pour la déco) ★ 200 g de pousses d'épinards ★ 2 oignons ★ 2 citrons verts ★ 1 petite pomme de terre ★ 1 l de bouillon de volaille ★ 20 cl de lait de coco ★ 1 ou 2 cuil. à café de pâte de curry vert thaï ★ 2 cuil. à soupe d'huile ★ sel, poivre blanc.

1. Pelez et émincez les oignons. Faites-les revenir 5 min à feu moyen dans une casserole avec l'huile. Ajoutez la pâte de curry et poursuivez la cuisson 5 min en remuant sans cesse.
2. Ajoutez le bouillon et la pomme de terre pelée et émincée finement. Faites cuire à feu vif 10 min.
3. Nettoyez les pousses d'épinards et le pourpier. Ajoutez-les dans le bouillon. Laissez cuire encore 5 min.
4. Ajoutez le lait de coco et le jus d'un des citrons verts, mixez finement et maintenez la soupe au chaud.
5. Répartissez dans des bols, garnissez de feuilles de pourpier fraîches et d'une rondelle de citron vert.

CONSEIL Lorsque vous faites revenir la pâte de curry vert avec les oignons, éloignez votre visage du dessus de la casserole car les vapeurs peuvent êtres irritantes.

10 Soupe de pois au lard fumé et sésame noir

6 PERS. | 25 MIN | 50 MIN

★ 350 g de pois cassés ★ 6 fines tranches de lard fumé ★ 2 oignons ★ 2 côtes de céleri ★ 4 brins de thym ★ 2 feuilles de laurier ★ 1,2 l de bouillon de légumes ★ 20 g de beurre ★ 2 cuil. à s. de sésame noir ★ 8 brins de coriandre ★ sel, poivre.

1. Faites dorer les tranches de lard fumé dans une cocotte large sur feu doux, 5 min de chaque côté pour que le maximum de gras s'écoule. Retirez-les à la fourchette en les égouttant, posez-les sur du papier absorbant.
2. Pelez et hachez grossièrement les oignons, nettoyez et émincez le céleri. Faites-les revenir 5 min dans la graisse de cuisson du lard, salez peu.
3. Rincez les pois cassés, ajoutez-les dans la cocotte avec le thym et le laurier. Versez le bouillon et assez d'eau pour recouvrir les légumes de 8 cm. Couvrez et faites cuire 30 min, les pois cassés doivent être tendres.
4. Retirez thym et laurier, mixez avec la moitié de la coriandre et le beurre. Assaisonnez, gardez au chaud.
5. Faites griller le sésame à sec dans une poêle, 2 ou 3 min, en remuant constamment. Réchauffez le lard fumé 1 min au micro-ondes.
6. Servez la soupe bien chaude garnie de tranches de lard, de feuilles de coriandre et de sésame grillé.

CONSEIL Faute de sésame noir (dans les magasins bio ou asiatiques) utilisez du sésame blond, son parfum est quasiment identique.

Tous vos rendez-vous Intense

Cuisine Actuelle

Dans INTENSE n° 7 en vente le 18 mars

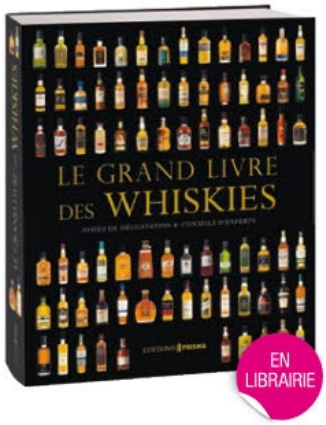
Pleins feux sur les œufs : 30 pages pour faire des merveilles avec cet ingrédient qui a la faveur des chefs. Et aussi : des idées grand bluff, notre rubrique dressage et un sujet *street food.*

EN VENTE LE 11 FÉVRIER

La cuisine passionnément

★ **Gratins :** salés ou sucrés, il n'en restera pas une miette !
★ **Meringues :** nos recettes belles et inratables vont vous faire craquer.
★ **Ça change :** le croque-monsieur se fait encore plus gourmand.
★ **Vive le brunch :** nos idées raffinées pour dimanche enchanté.

Cuisine Actuelle *n° 267, 2 €.*



EN LIBRAIRIE

LE GRAND LIVRE DES WHISKIES

Véritable voyage international, cet ouvrage de référence décrit plus de 500 whiskies en détail pour tout apprendre sur cet univers complexe et fascinant. Des informations techniques de chaque whisky aux notes de dégustation, ce livre très complet porte un regard nouveau sur cette prestigieuse boisson et passionnera tous les amateurs qui souhaitent apprendre son histoire, sa variété et ses subtilités.

Le Grand Livre des whiskies, *éditions Prisma, 300 pages, 39,95 €, disponible en librairie et sur www.editions-prisma.com*

PARTAGEZ VOS RECETTES

Faites découvrir vos plus belles recettes à la communauté de Cuisine Actuelle. Déposez-les sans tarder avec une photo sur www.cuisineactuelle.fr : elles seront publiées sur le site. Les meilleures vous feront gagner de superbes cadeaux !

EN VENTE LE 6 FÉVRIER

Show gourmand

★ **Top chef :** Ghislaine Arabian, Thierry Marx, Jean-François Piège et Christian Constant revisitent le pot-au-feu pour *Gala Gourmand.*
★ **Dossier fromages :** fondants, moelleux ou gratinés, nos idées pour les sublimer.
★ **Cours particulier avec Christophe Michalak :** le pâtissier star métamophose la tarte Tatin.
★ **Cuisine chinoise :** nos recettes faciles et bluffantes.

Gala Gourmand *n° 132, 3,90 €.*

Quand l'aquavit rencontre la figue et les dattes le bleu danois, les papilles s'emballent et la température monte.

RECETTES : N. RENAUD

NOR

Après une journée à profiter de la neige, on rentre à la lumière d'une lampe tempête et on prépare un dîner au diapason de l'hiver.

On aime le sucré-salé tout en contrastes de cette bouchée apéritive, fondante dedans et craquante dehors.

Combiné DIQUE

Dattes dorées au bleu danois

6 PERS. | 20 MIN | 5 MIN

1. Coupez 15 fines tranches de **lard** en deux lanières. Mixez 200 g de **fromage bleu Danish Blue** (chez le fromager) avec 10 **cerneaux de noix** et du **poivre.**
2. Fendez 30 **dattes.** Retirez les noyaux. Remplissez de farce. Enroulez-les de lard. Faites-les griller à la poêle ou sous le gril du four le temps de faire croustiller le lard.

LE MEILLEUR DU GRAND NORD

René Redzepi, le chef du meilleur restaurant du monde (**Noma,** à Copenhague), adore les produits emblématiques de la gastronomie nordique. Nous aussi ! En tête, le célèbre **aquavit,** un alcool de grain ou de pomme de terre, comme la **vodka,** au parfum de carvi ou d'aneth. On le boit glacé bien sûr, en compagnie de **skagen slid,** hareng au vinaigre, à la crème et à l'aneth. On goûte aussi le **danish blue,** un bleu danois de vache. Sa saveur douce, avec une pointe de sel bien marquée, se marie aux fruits secs. À dénicher sur le site de Swedish Shop.

Petits moelleux aux pommes et aux noix de pécan

6 PERS. | 20 MIN | 20 MIN

★ 160 g de farine ★ 2 pommes ★ 1 citron bio ★ 80 g de beurre demi-sel fondu ★ 15 cl de lait entier ★ 1 œuf ★ 80 g de sucre roux ★ 80 g de noix de pécan ★ 1 sachet de levure chimique ★ 1 pincée de sel.

1. Passez les noix 10 min au four à th. 5 (150 °C). Laissez-les refroidir, puis mettez de côté 12 cerneaux et mixez le reste.

2. Allumez le four à th. 7 (210 °C). Râpez 1/4 du zeste et pressez le citron. Épluchez et râpez les pommes. Mélangez-les avec le jus du citron et 1 cuil. à soupe de sucre.

3. Battez le jaune d'œuf avec le reste de sucre à blanchiment. Incorporez le beurre fondu, le lait, la farine et la levure, le zeste râpé, les pommes, les noix en poudre puis le blanc d'œuf monté en neige avec le sel.

4. Remplissez une douzaine de petits moules aux trois quarts. Décorez d'une noix. Cuisez 10 min au four, puis encore 8 à 10 min à th. 6 (180 °C). Vérifiez la cuisson avec une aiguille, elle doit ressortir nette.

ID+ CHOCOLAT AUX ÉPICES
Faites bouillir 1 l de lait, versez sur 200 g de chocolat râpé, les graines d'1 gousse de vanille et 2 pincées de cannelle. Mélangez pour faire fondre. Fouettez 3 jaunes avec 50 g de sucre roux et 10 cl de crème. Incorporez le lait et servez.

Soupe de châtaignes aux croûtons de hareng

6 PERS. | 20 MIN | 5 MIN

★ 400 g de châtaignes cuites ★ 1 l de bouillon de volaille ★ 1 pomme ★ 1 côte de céleri ★ 1 oignon ★ 1/2 citron ★ 50 g de hareng fumé ★ 12 tranches de pain de campagne ★ 60 g de beurre ★ 1 pincée de quatre-épices ★ 20 cl de crème fraîche épaisse ★ 1 brin de thym ★ sel, poivre.

1. Enlevez la peau du hareng fumé. Mixez-le avec 40 g de beurre ramolli et le jus du demi-citron. Glissez au réfrigérateur.
2. Pelez l'oignon. Pelez et épépinez la pomme. Nettoyez et émincez le céleri. Hachez-les et faites-les revenir 5 min dans 20 g de beurre.
3. Ajoutez les châtaignes, le bouillon, 1 brin de thym, le quatre-épices, du sel et du poivre. Laissez mijoter à couvert 15 min.
4. Passez la soupe au moulin à légumes. Ajoutez la crème et émulsionnez au mixeur plongeant. Si la soupe est trop épaisse, ajoutez un peu de lait chaud ou d'eau.
5. Faites griller le pain de campagne. Tartinez-les de beurre de hareng. Parsemez de thym. Servez avec la soupe bien chaude.

Un velouté entre terre et mer.

Le thym, c'est bon, mais c'est fort. On garde la main légère, surtout s'il est séché.

On garde l'aquavit au congélateur pour le servir épais comme de l'huile.

Copenhague spécial

POUR 1 VERRE

Sur des glaçons, mélangez 3 cl d'**aquavit** et 2 cl de **jus de citron.** Complétez avec de l'**eau gazeuse.** Ajoutez une ou 2 pincées de **Nordik Mix.**

Le Nordik Mix est un mélange de cardamome verte, cannelle, gingembre et une touche de girofle.

4 € le flacon de 35 g, dans les magasins bio, épiceries fines ou www.terramadre.fr.

FRUITS D'HIVER

Kumquats au sirop

6 PERS. | 15 MIN

1. Prélevez le zeste d'1 **orange bio.** Ébouillantez-le deux fois 2 min, rincez-le.
2. Chauffez 40 cl de **jus d'orange** avec le jus d'1/2 **citron,** 2 cuil. à soupe de **miel,** 1 **clou de girofle** et 2 **étoiles de badiane.** Laissez frémir pendant 2 min.
3. Versez ce sirop bouillant dans un bocal contenant 24 **kumquats** piqués de coups d'aiguille. Couvrez et gardez au frais 48 h.

Figues à l'aquavit

POUR 1 BOCAL D'1,5 L

1. Ébouillantez le zeste d'1 **orange** et d'1 **citron bio.** Arrosez 500 g de **figues sèches** avec 25 cl d'eau portée à ébullition avec les zestes. Couvrez et laissez mariner 12 h. Disposez les figues égouttées dans un bocal.
2. Filtrez et faites réduire le jus de moitié avec 200 g de **sucre.** Délayez avec 70 cl d'**aquavit.** Versez sur les figues. Bouchez le bocal.
3. Entreposez à l'abri de la lumière pendant 2 à 3 semaines avant de déguster.

L'un sans alcool, l'autre avec ! On les sert dans des petites tasses avec un café brûlant.

Fruits du soleil, miel et alcool nordiques.

Façon pirojkis russes, des bouchées à dévorer toutes chaudes.

Chaussons de viande aux airelles

6 PERS. | 30 MIN | 40 MIN

Pour la pâte

★ 250 g de farine ★ 120 g de beurre en cubes ★ 1 œuf ★ 10 cl de crème fraîche.

Pour la farce

★ 750 g de viande hachée (bœuf, porc, veau) ★ 100 g d'airelles au naturel ★ 125 g de cheddar râpé ★ 20 g de beurre ★ 60 g de champignons ★ 1 oignon ★ 2 œufs + 1 jaune ★ 10 cl de lait ★ 1 œuf ★ persil, sel, poivre.

1. Pour la pâte, mélangez la farine et 1 cuil. à café de sel. Incorporez le beurre, puis l'œuf et la crème. Formez une boule, réfrigérez 1 h.
2. Hachez les champignons. Faites-les blondir dans le beurre avec l'oignon haché. Ajoutez la viande. Remuez jusqu'à évaporation du jus. Versez la farine, remuez 2 min. Hors du feu, incorporez 2 œufs, le lait, le cheddar, les airelles égouttées, persil ciselé, sel et poivre.
3. Allumez le four à th. 6 (180 °C). Étalez la pâte sur 3 mm. Découpez-la en disques de 10 cm. Déposez la farce dessus. Badigeonnez le tour de jaune d'œuf, rabattez en chausson. Soudez les bords. Cuisez 20 min au four. Servez chaud.

Gratin de pommes de terre au bouillon

6 PERS. | 15 MIN | 1H15

★ 1 kg de pommes de terre ★ 1 l de bouillon de poule corsé ★ 300 g de fromage à raclette ★ 15 g de beurre ★ 2 oignons ★ poivre.

1. Beurrez un moule à gratin. Épluchez et émincez les pommes de terre et les oignons. Râpez le fromage à raclette. Portez le bouillon à ébullition.

2. Alternez dans le moule des couches de pommes de terre, d'oignons et de fromage. Poivrez de temps en temps. Arrosez à hauteur de bouillon chaud. Faites cuire 1 h 15 au four sur th. 6 (180 °C). Le dessus doit être doré, et les pommes de terre tendres : au besoin, prolongez un peu la cuisson. Dégustez tout chaud.

CÔTÉ BOISSON On sert une bière scandinave. À côté des classiques Carlsberg et Tuborg, il existe des bières plus typées : Elephant danoise, Lapin Kulta de Finlande ou Bear Bear (sur Internet, ou caviste aventureux).

Délicieusement réconfortant, ce gratin moelleux. On l'aime avec une salade croquante et un bon jambon cru.

Un gratin rustique-chic pour l'après-ski.

Décalages

S'AMUSER *avec les grands classiques*

Bœuf bourguignon, pot-au-feu, choucroute… Les chefs adorent customiser ces plats de grands-mères. À Paris, au Comptoir du Relais, Yves Camdeborde ose le bœuf bourguignon au chocolat et la poule au pot en rouleau de printemps, et au Bristol, Éric Frechon revisite le pot-au-feu en trois services, avec shiitakés et cébettes. Top Chef et Master Chef lancent à leur tour des défis délurés comme "imaginez un millefeuille à la choucroute" ou "cuisinez un bourguignon… sans bœuf mais avec du calamar !" Futile ? Non, la recette pour s'amuser cet hiver ! À condition que le résultat soit aussi bon à regarder qu'à manger. Parfois, il suffit de twister un ingrédient : blanquette de veau, oui, mais aux patates douces. Éric Briffard, du restaurant Le Cinq à Paris, ajoute une râpée de citron vert ou un filet d'huile d'olive très verte au dernier moment. "La blanquette prend une claque incroyable. C'est la note qui va fleurir la recette, lui donner du bouquet !" Le chef doublement étoilé aime aussi réveiller un bourguignon avec du poivre de Pondichéry. "C'est le point de ponctuation qui sublime le tout." Et si on préfère la tradition ? On se rue sur l'atelier "Les classiques de nos régions" de l'École de Cuisine Alain Ducasse. "Il s'adresse à ceux qui n'ont pas eu la chance d'hériter d'un carnet de recettes traditionnelles de famille et qui ont envie d'apprendre des plats simples et solides", assure la directrice Sophie Journo.

DÉBRIDER *les racines*

Overdose de cuisine moléculaire, retournons aux racines ! Emmanuel Renaut, du restaurant trois étoiles Flocons de Sel à Megève, ne jure que par les salsifis et topinambours, tranchés à la mandoline, cuits à la vapeur et servis façon

exquis

La créativité est inversement proportionnelle à la température. Sept façons de revisiter le répertoire des saveurs d'hiver… avec chaleur.

TEXTE : T. KEMPTNER

Dans ses versions revisitées, le chou farci déménage !

carbonara. Adeline Grattard, du Yam'Tcha, à Paris, est toquée de crosnes et de leur goût de noisette et d'artichaut. Elle les sert avec une sauce au sésame noir. Jon Irwin, du restaurant Alain Milliat près de la tour Eiffel, adore, lui, colorer au beurre du persil racine écrasé dans sa peau. Délicieux avec du boudin noir. "Le côté biscornu, tordu, mystérieux, limite gothique des racines excite l'imagination dans une époque calibrée et pasteurisée. Betteraves, panais et consorts sont les Lady Gaga du règne végétal : hors normes !" s'enthousiasme le tendanceur Vincent Grégoire du cabinet de style Nelly Rodi. Quand se ruer sur ces curieux tubercules ? En ce moment, pardi ! On en fait des frites, des gratins, des purées, des brunoises, des rösti… Besoin d'idées ? Glissez des rondelles de salsifis dans une quiche aux lardons, mariez le panais et la poire dans un potage, transformez un velouté en œuvre technicolor grâce aux carottes pourpres… Et osez les racines crues. Du moins la betterave et le topinambour : râpées, tous deux boostent en vitamines une salade hivernale.

MIJOTER *des néo-soupes*

Finir sa soupe n'est plus une punition. On en redemande même : *Soupes du jour* (Marabout) d'Anne-Catherine Bley, pionnière des bars à soupes en France, et le *Soup Book* (éditions Prisma), sont des best-sellers… Partout dans l'Hexagone, ça mijote ! En 2011, l'Association Mange ta soupe a réuni près de 700 fans pour son concours de soupes à Carentan, dans la Manche. Le spécialiste de la quenelle, Giraudet,

Les terrines, faciles à préparer et impressionnantes.

ne s'y est pas trompé, en suivant la tendance. En dix ans, plus de cent créations hautes en saveurs ont vu le jour dans ses labos lyonnais. Un de ses hits ? La soupe à la châtaigne au cacao amer, cuite dans un bouillon de volaille, relevée d'une pointe de muscade. Pour des associations étonnantes, on plonge sans retenue dans l'épatant *Répertoire des saveurs* de Niki Segnit (Marabout), pour des inédits : courge et amande, châtaigne et céleri, panais et banane, chou-fleur et câpres… Quant aux croûtons, on les frotte au gingembre plutôt qu'à l'ail. À moins qu'on ne s'inspire de Clotilde Dusoulier, auteure du blog Chocolate & Zucchini, qui aime parsemer ses soupes de morceaux de polenta sautés au beurre ou de granola salé (mélange de flocons d'avoine, graines de tournesol, poudre de curry, amandes, parmesan râpé, huile et miel rôti au four). Pour épaissir nos potages, on pense aussi aux purées d'amande ou noisette, délicieuses à la place de la crème fraîche.

DÉPOUSSIÉRER *les cocottes*

Rangez les verrines ! Des bistrots canailles aux tables chics, on ressort les bonnes vieilles cocottes. Au point que le nouveau restaurant signé Starck aux puces de Saint-Ouen s'appelle tout simplement… Ma Cocotte ! Le triomphe du cuit sur le cru ? Du saindoux sur le carpaccio ? Le tendanceur Vincent Grégoire y voit surtout le retour de la cuisine de l'amour. "On est passé d'une société de consommation à une société de consolation : aujourd'hui, on a bien plus envie de retrouver nos amis autour d'un bon petit plat mijoté que d'acheter de nouvelles fringues !" Une tendance qui reflète aussi notre envie de ralentir, selon Xavier Terlet, président du cabinet XTC. "Il y a dix ans, l'argument marketing, c'était la rapidité. Aujourd'hui, les marques communiquent de plus en plus sur le temps qu'il a fallu pour préparer un plat."
Fi des soupes instantanées et autres abominations pour consommateurs pressés ! D'autant qu'en "cuisant longtemps, à feu doux, les saveurs se mêlent et s'intensifient. Cela permet d'extraire la gélatine de la viande et des os afin d'obtenir une sauce riche et concentrée", explique Heather Whinney, co-auteure du *Cocottes Book* (éditions Prisma). Pour un pot-au-feu divin, comptez six heures… Le restaurant Coq Rico, à Montmartre, nous pousse même à repartir avec la carcasse de notre volaille en guise de doggy bag, pour la transformer en bouillon à la maison. Mijoté à l'étouffée dans une cocotte dernier cri de préférence. Car la marmite de nos grands-mères vient de subir un petit lifting : Lagostina a fait appel au designer Marco Ferreri, Staub à Alberto Bali, et Tefal à Mark Newson. À poser sans complexe au milieu de la table.

CUSTOMISER *les gratins*

Pas une table hype ou presque qui ne livre sa version revue et corrigée des coquillettes-jambon. Chez Germain, à Paris, des brisures de truffe saupoudrées sur l'épaisse couche de comté font oublier la crise ; dans le XX^{e} arrondissement, au Mama Shelter, le jambon Mostellos et l'œuf mollet apportent un twist signé Alain Senderens ; au restaurant trois étoiles du Bristol, un client sur deux commande des macaronis farcis, plat signature d'Éric Frechon et péché mignon des époux Sarkozy… "Dans une période de doute, on aime se rassurer avec des plats qui fleurent bon l'enfance. C'est inratable et ça fédère la tablée !" assure Caroline Mignot, auteure du blog Table à découvert. Pour booster le quotient glam d'un gratin, pas besoin de se ruiner en brisures de truffe. On opte comme Éric Frechon pour les *macaroni candele* de De Cecco, et on les cuit dans du bouillon de poule à la manière d'un risotto, pour qu'ils s'imbibent bien des saveurs. Quant au banal gratin de courge, on le surclasse avec une pincée de curcuma par-ci, un zeste

de gingembre par-là. Quelques flocons d'algue nori sur un gratin de blettes font aussi des miracles, tout comme le nuage de lait de coco dans un hachis Parmentier. Follement jouissif.

RESSORTIR *l'appareil à raclette*

Faire rimer rustique et raffiné ? Depuis que la raclette s'affranchit du sempiternel plateau de charcuterie, c'est possible. On l'a vu lors de Performance Raclette, le restaurant éphémère parisien qui avait donné carte blanche à des chefs comme Kaori Endo, du restaurant Nanashi, ou Bertrand Grébaut, de Septime. Grâce à eux, on sait maintenant qu'on peut remplacer les cochonnailles par des légumes. Et les cornichons par des pickles, des amandes effilées, des graines de courge, des noisettes concassées… Il est temps d'offrir une seconde jeunesse à cet appareil qui prend la poussière ! On s'inspire de *Tout Raclette* (La Martinière) : tour à tour, le caquelon devient four à mini pizzas, gril à bruschettas, poêle à blinis ou ustensile à tortillas ou à frittatas XXS. On s'amuse aussi à faire fondre du comté avec des morceaux de banane, du camembert avec des quartiers de pomme, du chèvre avec du miel. Et si on préfère les dîners aux chandelles aux grandes tablées, Tefal a prévu la gamme Toi & Moi : deux caquelons, au lieu de huit, pour "racletter" en amoureux !

GLAMOURISER *les terrines*

Les néo-bistrots se sont entichés de ces délices roboratifs. Le King du genre, Rodolphe Paquin, du Repaire de Cartouche à Paris, partage cet hiver ses secrets dans *Terrines* (éditons Keribus) : à l'andouille, au maquereau, à la queue de bœuf, au lièvre… pas de risque de s'encroûter avec lui. "On s'en fait tout un monde, mais en réalité, c'est enfantin et ça impressionne toujours", assure la co-auteure Marie-Odile Briet. Avoir deux mains gauches et une cuisine riquiqui n'est donc plus une excuse ! Surtout que l'ustensile *sine qua non,* le hachoir à viande, ça existe maintenant aussi en version mini (chez Krups, Seb…). Argument de plus, une bonne terrine *home made* coûte moins de dix euros et régalera une tablée de dix personnes en entrée. Pour plus de moelleux, on la fait imbiber dans du bouillon de légumes Ariaké après cuisson (12 cl pour 1 kg), une idée piquée à Jean-Pierre Clément, chef de cuisine de Fauchon. Ou on ajoute comme Michel Rostang des trompettes-de-la-mort séchées, "pour leur aspect truffe noire".

Betteraves et autres légumes racines ont le vent en poupe.

Coup de CHAUD

Traditions au sommet et saveurs bien marquées nous réconcilient avec l'hiver.

RECETTES : M.-C. FRÉDÉRIC
VINS : I. BACHELARD

SAUCISSES & PURÉE BRÛLANTES

4 PERS. | 20 MIN | 20 MIN

■ PELEZ ET ÉMINCEZ 1 kg de **pommes de terre farineuses.** Faites-les cuire à l'eau avec du **sel,** 1 gousse d'**ail,** le quart d'un morceau de 20 g de **gingembre** et un bulbe de **citronnelle** fendu en long. Passez-les au moulin à légumes. Remuez la purée dans la casserole sur feu vif pour la dessécher. Incorporez 30 cl de **crème de coco,** rectifiez l'assaisonnement. Gardez au chaud.

■ FAITES REVENIR 6 **échalotes** pelées et émincées avec 1 pincée de **sel** dans 50 g de **beurre** clarifié (fondu et débarrassé du dépôt). Ajoutez 1 cuil. à soupe de **coriandre moulue** et le reste du gingembre râpé. Laissez dorer en remuant de temps en temps.

■ FAITES GRILLER 12 **petites saucisses.** Répartissez la purée dans les assiettes chaudes avec les échalotes et garnissez avec les saucisses grillées.

LE VIN Un crozes-hermitage du nord de la vallée du Rhône, concentré de fruit en bouche, avec structure et parfums épicés.

TOUCHE EXOTIQUE
La crème de coco est plus épaisse que le lait et donne une texture onctueuse à la purée. Pour corser le tout, à vous de jouer avec une pincée de cayenne.

SAUCE BOMBEC
Râpez le bâton de réglisse avec une râpe à muscade sur les souris, vous obtiendrez plus de saveur. Le goût un peu amer de la réglisse accentue le côté caramélisé de cette sauce.

SOURIS D'AGNEAU CONFITES À LA RÉGLISSE

4 PERS. | 15 MIN | 2 H 30

■ ALLUMEZ le four à th. 6 (180 °C). Pelez et ciselez 2 **échalotes.** Épluchez 2 **carottes,** détaillez-les en dés. Chauffez 2 cuil. à soupe d'**huile** dans une cocotte sur feu moyen et faites-y revenir 4 **souris d'agneau** jusqu'à ce qu'elles soient colorées de tous côtés. Ajoutez les échalotes et les carottes, laissez suer 2 min en remuant. Saupoudrez d'1 cuil. à soupe de **farine,** laissez rissoler légèrement. Ajoutez 1 bâton de **réglisse,** 1 **brin de thym,** 1 brin de **romarin** et 1 **feuille de laurier,** 25 cl de **bouillon de volaille,** peu de **sel** et du **poivre.** Portez à ébullition, couvrez et faites cuire au four pendant 2 h.
■ PELEZ 500 g d'**oignons rouges,** coupez-les en quartiers. Ajoutez-les dans la cocotte. Remettez au four et cuisez encore 20 min. Rectifiez l'assaisonnement. Servez directement dans la cocotte, généreusement parsemée d'**herbes fraîches** à votre goût.

LE VIN **Un rouge puissant du Sud-Ouest, par exemple un madiran aux parfums de fruit mûr, bien construit pour répondre au moelleux de la sauce.**

FONDUE DE MONT D'OR À LA CLÉMENTINE

4 PERS. | 10 MIN | 15 MIN

■ POSEZ 2 **monts d'or** (dans leur boîte en épicéa, le couvercle en dessous) sur du papier d'alu. Râpez le zeste de 2 **clémentines de Corse.** Pelez une gousse d'**ail,** taillez-la en quatre. Hachez 1 cuil. à café de **romarin,** concassez 40 g de cerneaux de **noix.**
■ DÉCOUPEZ un disque à 3 cm du bord dans la croûte des fromages, retirez la croûte. Parsemez de zeste, de noix et de romarin, piquez d'ail. **Poivrez** au moulin, replacez la croûte. Versez 10 cl d'**arbois blanc** dans les deux boîtes. Repliez l'alu sur les bords. Enfournez à th. 6 (180 °C) et cuisez les fromages en surveillant, ils doivent être coulants et la croûte dorée.
■ GRILLEZ 4 tranches de **lard** à la poêle, coupez-le en languettes. Servez la fondue dans les boîtes (ôtez la croûte), avec le lard et des **pommes de terre** en robe des champs.

LE VIN **Côtes-du-jura ou arbois blanc, qui rafraîchira et mettra en valeur la complexité du mont d'or.**

APRÈS-SKI
Cette délicieuse (et très facile) fondue du Haut-Doubs fait fureur. La taille des monts d'or dépend des appétits, mais celui qui pèse de 350 à 500 g suffit pour deux en général.

« L'arrivée triomphale à table du mont d'or tout fumant dans sa boîte. »

BRANDADE DE JOUE DE BŒUF AUX HARICOTS

4 PERS. | 20 MIN | 3 H

■ PORTEZ 2 l d'eau à ébullition. Plongez-y 1 kg de **joue de bœuf,** réchauffez et écumez. Ajoutez 1 cuil. à soupe de **gros sel,** 5 grains de **poivre,** 1 **oignon** piqué de 3 **clous de girofle,** 1 **carotte,** 1 **poireau,** 1 côte de **céleri** et 1 **bouquet garni.** Laissez mijoter à frémissements 3 h.

■ RECOUVREZ 300 g de **haricots blancs surgelés** de bouillon de la viande dans une casserole. Faites-les cuire environ 30 min. Égouttez et mixez-les. Écrasez finement 4 **filets d'anchois à l'huile**, ajoutez 2 gousses d'**ail** pressées.

■ REMUEZ la purée de haricots 2 min sur feu vif dans une casserole. Incorporez 5 cl d'**huile d'olive,** les **anchois,** puis environ 10 cl de **lait** pour la détendre. Vérifiez l'assaisonnement.

■ ÉGOUTTEZ la joue de bœuf et effilochez-la dans un plat à gratin. Goûtez, assaisonnez. Recouvrez de brandade de haricots. Poudrez de 2 cuil. à soupe de **parmesan.** Faites gratiner 10 min sous le gril du four et servez.

LE VIN **Un bandol rouge provençal, assez puissant et structuré pour supporter la note salée des anchois.**

PARMENTIER TRÈS PARFUMÉ
Chauffez les anchois sur feu doux dans une petite casserole, ils deviennent tendres et s'écrasent facilement. Cette fausse brandade super réchauffante se déguste avec une salade verte croquante.

TABLE OUVERTE
Une fois cuite, cette salade se garde au frais en attendant le repas, mais sans la sauce. Passez la juste au micro-ondes pour la tiédir et assaisonnez-la.

SALADE DU BISTROT D'EN BAS AUX LENTILLES ET PETIT-SALÉ

4 PERS.
15 MIN
35 MIN

■ COUPEZ 500 g de **porc demi-sel** (travers, poitrine, jarret) en morceaux. Épluchez et émincez 4 **carottes,** 4 **navets** et 1 **oignon.** Rincez 300 g de **lentilles vertes du Puy** et mélangez-les dans une casserole avec les légumes, 1 **bouquet garni,** 3 gousses d'**ail** et le porc. Recouvrez d'eau jusqu'à 2 cm.

■ PORTEZ à frémissements et laissez cuire env. 20 min, les lentilles doivent être tendres. Ne les **salez** qu'à mi-cuisson, sinon leur peau durcit et elles cuisent mal. **Poivrez.**

■ PRÉPAREZ la sauce en mélangeant au fouet 4 cuil. à soupe de **tapenade verte,** 6 cuil. à soupe d'**huile d'olive,** 4 cuil. à soupe de **vinaigre de vin rouge, sel** et **poivre.**

■ ÉGOUTTEZ les lentilles et la viande. Mélangez-les avec la sauce dans un plat creux. Laissez tiédir, puis saupoudrez d'1 cuil. à soupe de **persil** plat finement ciselé et servez.

LE VIN **Ce plat de bistrot appelle un cru du Beaujolais, par exemple un brouilly 2011 ou un morgon plus ancien, qui allient le côté fruité de leur cépage gamay à une bonne acidité et une structure légère.**

> « Abricots et amandes apportent la note ensoleillée et sucrée-salée de ce mijoté marocain. »

TAJINE DE PINTADE AU THÉ À LA MENTHE

4 PERS. | 20 MIN | 45 MIN

- **PRÉPAREZ** le thé à la menthe en versant de l'eau frémissante sur 1 cuil. à soupe de **thé noir** et 4 brins de **menthe fraîche.** Laissez infuser 5 min, filtrez. Grillez 3 cuil. à soupe d'**amandes entières** en les remuant dans une poêle sans matière grasse, sur feu vif. Éteignez quand elles prennent couleur. Préchauffez le four à th. 6 (180 °C).
- **FAITES DORER** 1 **pintade coupée en morceaux** avec 2 cuil. à soupe d'**huile** dans une cocotte. Remplacez-la par 1 **oignon** émincé et 4 **carottes,** remuez 2 min. Ajoutez 100 g d'**abricots secs,** 15 cl de thé à la menthe, 1 brin de **menthe, salez, poivrez,** portez à ébullition. Ajoutez les **amandes.** Couvrez, enfournez et cuisez 25 min.
- **PELEZ** 4 petites **courgettes** en laissant une rangée de peau sur deux, coupez-les en rondelles. Ajoutez-les dans la cocotte et cuisez encore 20 min. Servez dans un joli plat et décorez de toupets de **menthe.**

LE VIN Ce tajine délicat sera bien mis en valeur par un vin fruité et parfumé, puissant mais pas trop structuré, comme un tavel rosé du sud de la vallée du Rhône.

ET LA SEMOULE ? Le tajine est plutôt servi avec du pain plat en galettes. Mais pour vous faire plaisir et profiter du bon jus du tajine, préparez du couscous fin précuit avec du beurre.

BONS VERRES

Quand le givre colle aux carreaux, un blanc frais escorte les gratins, mais les rouges font valoir leur puissance sur les plats mijotés.

TEXTE : I. BACHELARD

Lorsqu'un plat d'hiver arrive tout fumant, un beau et bon vin doit l'attendre sur la table. Vite préparés pour les grands appétits, les gratins s'accordent surtout avec les blancs. Les viandes mijotées – souvent dans du vin – ont des saveurs fortes qui demandent un rouge puissant et complexe. La typique choucroute garnie d'Alsace, les potées régionales et le pot-au-feu choisissent aussi bien un blanc vif qu'un rouge frais. Raclette et fondue ont leurs vins de prédilection côté montagne, mais ne demandent qu'à s'aventurer dans la Loire ou en Alsace.

LES GRATINS *adorent le blanc*

Macaronis au four, tartiflette, gratin dauphinois, tous ces plats au fromage laissent libre cours à votre imagination pour inviter des blancs secs de caractère, à condition qu'ils aient un peu de volume. Autre choix, un rosé provenant d'un terroir intéressant : à cette saison, avec au moins un an de bouteille, il aura gagné en concentration.

Pour une grande occasion, avec un gratin de céleri aux truffes, servez un blanc du Rhône ou de Bourgogne d'au moins huit ou dix ans. Côté rouge, choisissez une syrah du Languedoc ou du nord de la vallée du Rhône.

NOS SUGGESTIONS

- Crozes-hermitage 2011 (blanc), Cave de Tain, 8 €, chez les cavistes et au domaine.
- Châteauneuf-du-pape 2007 (blanc), Château de Beaucastel, 58 €, Repaire de Bacchus.
- Saint-véran 2011 (blanc), Domaine Saumaize-Michelin, 9,50 €, au domaine.

VIANDE MIJOTÉE *et rouges du Sud*

Sauté de veau, poulet en cocotte ou osso-buco cuisent avec du vin blanc, mais il n'est pas obligatoire de servir le vin de la recette, ni forcément un blanc. Un cru de la même région permet un accord de choix. Les

D'HIVER

daubes et gardianes se plaisent avec les rouges puissants du Sud, un coq au vin avec le côte-de-beaune. Le bœuf bourguignon, lui, ne joue pas la carte régionale. Faites-lui goûter un rouge du Rhône ou de Provence. La blanquette de veau a besoin d'un blanc de caractère venu du Bordelais ou du Languedoc.

NOS SUGGESTIONS

- Bandol 2008, Château de Pibarnon, 29 €, 60 € le magnum, cavistes et au domaine.
- Rasteau 2011, Domaine Marcel Richaud, 15 €, cavistes et au domaine.
- Lalande-de-pomerol 2008, Château Grand Ormeau, 23 € et 45 € le magnum, cavistes et au domaine.
- Pernand-vergelesses 2011 (bourgogne blanc), 1er cru Creux de la Net, Jean-Luc & Paul Aegerter, 30 € environ, cavistes et au domaine.

CHOUCROUTE ET POTÉES, *vin frais !*

La choucroute garnie appelle un blanc d'Alsace, mais pas forcément le riesling. On lui préfère souvent sylvaner ou pinot blanc, plus modestes et plus souples. Un blanc sec de la Loire ou une bière conviennent aussi. Avec la potée, jouez la carte régionale, même si elle surprend, comme un bon champagne brut avec une simple potée champenoise. Le roi du pot-au-feu reste le beaujolais, car les viandes cuites au bouillon n'aiment pas les tanins. Son cépage gamay décliné sur différents crus apporte de la fraîcheur, du fruité et peu de structure. C'est l'idéal.

NOS SUGGESTIONS

- Sylvaner 2009 vieilles vignes (blanc), Domaine Ostertag, 13 €, Chapitre 20 (voir encadré).
- Champagne brut blanc de noirs Devaux, 20 €, Monoprix.
- Beaujolais 2012 vieilles vignes, Domaine du Vissoux, 8 € environ, cavistes et au domaine.
- Régnié 2011 (cru du Beaujolais), Domaine Gérard et Didier Lagneau, 7 €, au domaine.

PLATS DE MONTAGNE *en blanc et rosé*

Les Franc-Comtois sont formels, le vin idéal de la raclette vient de leurs terres. Le poulsard, à la robe rose foncé, à la bouche fraîche, a juste ce qu'il faut d'acidité et de structure pour répondre au fromage, à la charcuterie et à la salade. Un rosé de caractère de la vallée du Rhône ou de Provence convient aussi. Avec la fondue, le blanc s'impose, si son acidité rafraîchit et tranche sur le gras du fromage. En Savoie, roussette ou chignin, côtes-du-jura ou arbois dans le Jura, mais aussi en Bourgogne, dans la Loire ou en Alsace.

NOS SUGGESTIONS

- Côtes-du-jura 2011, poulsard, Domaine Grand, 8,20 €, au domaine.
- Côtes-de-provence 2010 rosé cuvée Caroline, Clos Cibonne, 16 € et 32 € le magum, au domaine.
- Roussette de Savoie 2010 (blanc), Domaine Grisard, 6,70 à 8,15 € selon la cuvée, au domaine.
- Jurançon sec 2009 (blanc), Lapeyre Vitatge Vielh, Domaine Lapeyre, 13 €, cavistes et au domaine.

PAROLE DE PRO

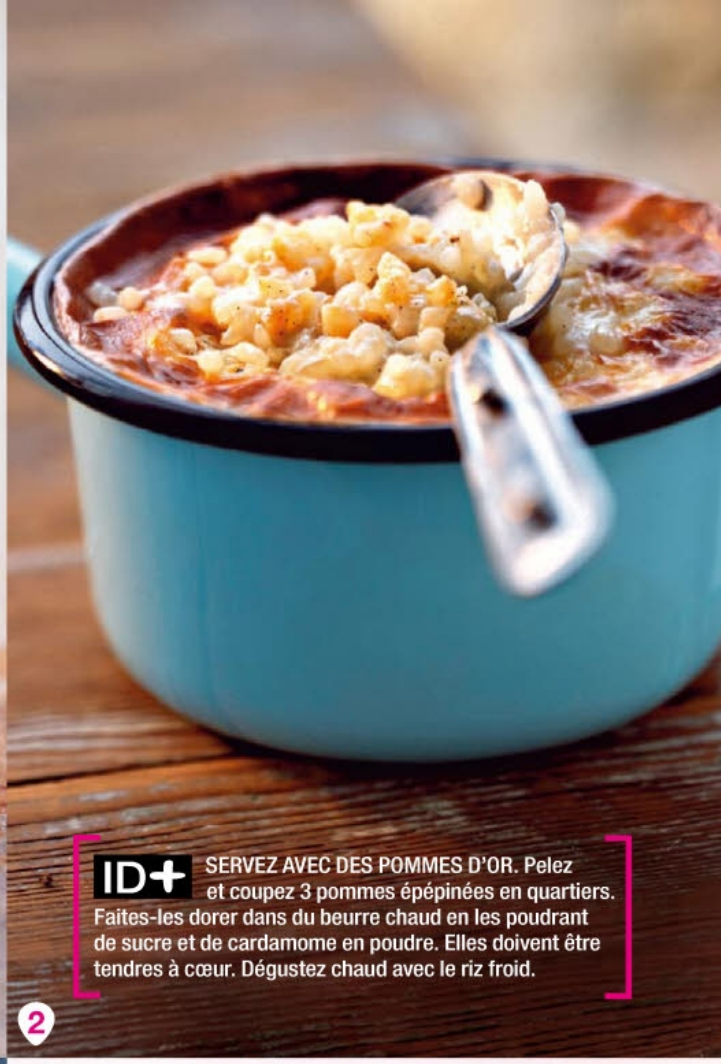
"Accords passionnants avec les blancs"

Emmanuel Dupuis, dans son originale cave-librairie parisienne Chapitre 20, dédie 90 % de ses rayons aux blancs, les meilleurs amis de nombreux plats d'hiver. Avec 500 étiquettes, il propose une immense sélection. Ses conseils vont droit au but "car les blancs ont des styles différents, pour les parfums, la structure, l'acidité et le volume. Du coup, les accords sont passionnants". Avec un gratin, il recommande un tokaji furmint sec de Hongrie, Pendits Krako 2007, sec, légèrement fumé. Plus classique, un blanc du Domaine Gauby en Roussillon. Avec les plats en sauce, il conseille tout de même un rouge, pour la charpente tannique : chinon 2008 La Croix Boisée, de Bernard Baudry.

↪ Adresses en fin de numéro

ID+ SERVEZ AVEC DES ESCARGOTS AU NOUGAT. Déroulez une pâte feuilletée. Enfermez 100 g de nougat cassé en morceaux dans un sachet de congélation, concassez-le avec un pot de confiture. Parsemez la pâte de nougat, roulez serré en boudin. Coupez en tranches fines, posez à plat sur un papier cuisson et cuisez 12 min au four th. 6 (180 °C). Laissez refroidir.

1

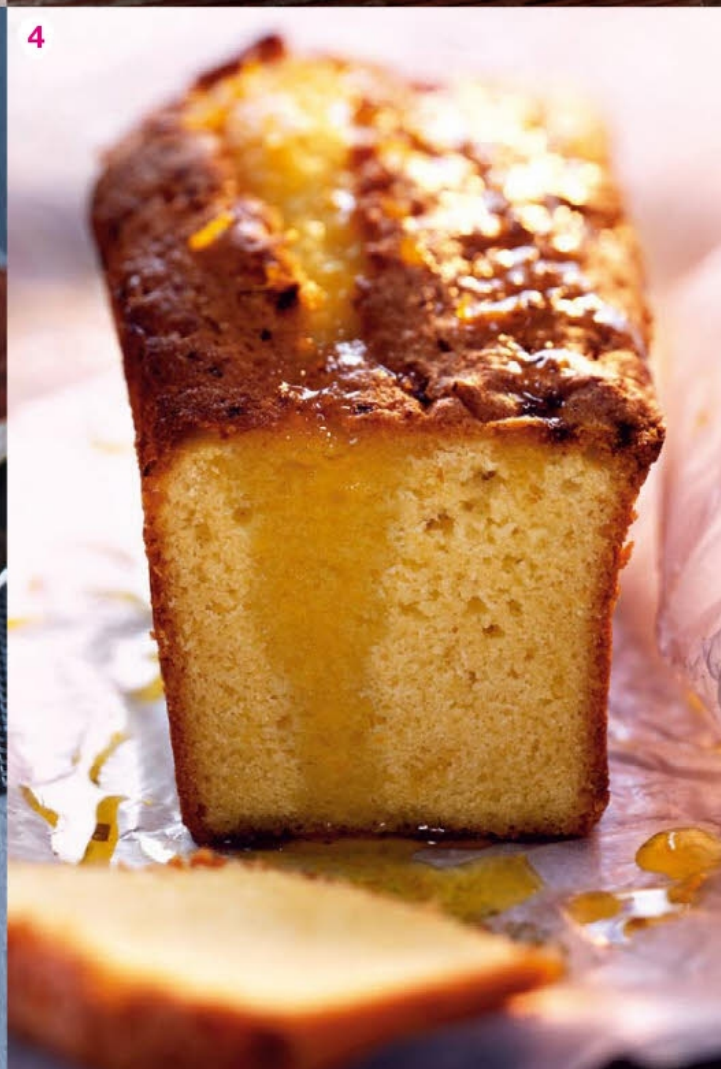


ID+ SERVEZ AVEC DES POMMES D'OR. Pelez et coupez 3 pommes épépinées en quartiers. Faites-les dorer dans du beurre chaud en les poudrant de sucre et de cardamome en poudre. Elles doivent être tendres à cœur. Dégustez chaud avec le riz froid.

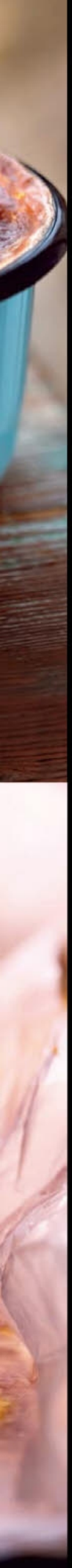
2

3

ID+ SERVEZ AVEC UNE GLACE AUX BOMBECS. Faites ramollir 1/2 l de glace vanille du commerce 30 min au réfrigérateur. Pilez en petits éclats 120 g de bonbons acidulés aux fruits. Incorporez-les dans la glace, remettez-la au congélateur 1 h. Dégustez avec la brioche perdue chaude.



4



AVIS DE *douceurs*

Quatre desserts chaudement recommandés pour un moment hautement réconfortant.

RECETTES : A. BLIN-GAYET

1 Crème brûlée au whisky

6 PERS. | 20 MIN | 35 MIN | 2 H

★ 6 jaunes d'œufs ★ 15 cl de lait ★ 50 cl de crème liquide ★ 120 g de sucre en poudre ★ 1 gousse de vanille ★ 6 cuil. à soupe de cassonade ★ 3 cuil. à soupe de whisky ou de crème de whisky.

1. Fendez la gousse de vanille. Raclez les graines avec la pointe d'un couteau dans une jatte, ajoutez les jaunes d'œufs et le sucre. Fouettez vivement. Versez le lait puis la crème liquide et le whisky, toujours en fouettant. Laissez reposer 15 min, puis retirez la mousse en surface.
2. Préchauffez le four à th. 3 (90 °C). Versez la préparation dans 6 coupelles supportant la chaleur. Faites cuire 30 min au four. La crème doit être à peine prise, encore tremblotante au centre (c'est après réfrigération qu'elle va se raffermir). Laissez refroidir, puis réfrigérez 2 h.
3. Poudrez le dessus des crèmes d'1 cuil. à soupe de cassonade. Faites caraméliser au chalumeau de cuisine ou le plus près possible de la rampe du gril du four très chaud. Servez rapidement.

2 Riz au lait imbattable

6 PERS. | 10 MIN | 2 H 15

★ 150 g de riz rond ★ 1,2 l de lait entier ★ 100 g de sucre en poudre ★ 1/2 cuil. à café de cannelle ★ 25 g de beurre ★ 1 pincée de sel.

1. Rincez le riz. Versez-le dans une casserole d'eau froide. Portez à ébullition, faites bouillir 1 min, égouttez-le.
2. Préchauffez le four à th. 4-5 (130 °C). Portez le lait à ébullition dans une casserole pouvant aller au four (ou dans une cocotte). Ajoutez le sucre, la cannelle, le sel puis le riz. Mélangez. À la reprise des frémissements, parsemez la surface de petits morceaux de beurre.
3. Enfournez et cuisez 2 h, en cassant deux ou trois fois la peau qui se forme en surface à l'aide d'une cuillère en bois.
4. Autrefois, le riz mijotait toute une nuit dans le four du boulanger : n'hésitez donc pas à prolonger la cuisson d'une bonne heure à four très doux, th. 3 (90 °C).
5. À la fin de la cuisson, tout le lait doit être absorbé et le riz est très moelleux. Servez encore tiède ou frais.

3 Brioche perdue super choco

4 PERS. | 20 MIN | 10 MIN

★ 8 tranches de brioche rassise ★ 100 g de chocolat noir à pâtisser ★ 4 cuil. à soupe de pâte à tartiner aux noisettes ★ 2 gros œufs ★ 40 g de sucre en poudre ★ 25 cl de lait ★ 75 g de beurre.

1. Faites fondre le chocolat cassé en morceaux avec la pâte aux noisettes au bain-marie. Lissez le mélange et gardez dans le bain-marie chaud hors du feu.
2. Chauffez le lait avec le sucre, puis versez-le dans une assiette creuse. Battez les œufs à la fourchette dans une deuxième assiette creuse.
3. Trempez rapidement les deux côtés des tranches de brioche dans le lait tiédi, puis dans les œufs. Faites-les dorer à la poêle dans un peu de beurre chaud, 1 à 2 min par face. Servez la brioche perdue sans attendre, nappée de chocolat fondu.

4 Quatre-quarts au sirop de miel et orange

6 PERS. | 20 MIN | 45 MIN

★ 3 gros œufs ★ 180 g de beurre demi-sel (+ 15 g) ★ 180 g de sucre ★ 180 g de farine ★ 2 c. à soupe de miel ★ 1 cuil. à café de levure chimique ★ 2 oranges bio.

1. Préchauffez le four sur th. 6 (180 °C). Faites ramollir le beurre au micro-ondes en mode décongélation et travaillez-le à la fourchette afin de le rendre crémeux. Incorporez le sucre au fouet. Ajoutez les œufs un par un, sans cesser de fouetter, puis la farine, la levure chimique et le zeste râpé d'une orange.
2. Versez la pâte dans un moule à cake beurré. Faites cuire 45 min au four. Laissez reposer 5 min, puis démoulez.
3. Pressez les 2 oranges. Faites bouillir et réduire le jus 5 min. Ajoutez le miel. Versez sur le quatre-quarts, et arrosez avec le sirop qui s'échappe autant de fois que nécessaire. Laissez refroidir.

ID+ SERVEZ AVEC UNE SALADE D'AGRUMES.
Pelez à vif 2 pomélos, 1 orange et 1 orange sanguine, séparez les quartiers. Mélangez-les avec 1 cuil. à soupe de Grand Marnier et 25 g de sucre. Parfumez de poivre concassé et de coriandre ciselée.

Potions

Extra avec un cake au citron ou des croquets.

Hot tea

4 PERS. | 15 MIN | 5 MIN

■ **PRÉLEVEZ** le zeste d'un **citron bio** à l'aide d'un épluche-légumes (évitez de prendre la peau blanche). Faites frémir 5 min 40 cl d'eau dans une casserole avec 30 g de **sucre,** le zeste du **citron,** 2 **gousses de vanille** fendues en deux et 1 **bâton de cannelle.**

■ **HORS DU FEU,** ajoutez 1 sachet de **thé earl grey** et laissez infuser 5 min à couvert. Retirez le sachet et réchauffez sans laisser bouillir.

■ **VERSEZ** 5 cl de **cognac** et 5 cl d'**amaretto,** puis répartissez dans les verres et servez.

Un cocktail explosif pour déplacer les montagnes.

Glöss

4 PERS. | 15 MIN | 5 MIN | MACÉRATION 12 H

■ **PELEZ** et hachez 1 cm de **gingembre.** Versez-le dans un bol avec le zeste d'1 **citron bio,** 2 **gousses de cardamome** écrasées, 3 **clous de girofle** et 1 bonne pincée de **muscade** râpée. Versez dessus 10 cl de **vodka** et laissez macérer 12 h.

■ **FILTREZ** et versez dans une casserole avec 60 cl de **vin rouge** (beaujolais ou gamay) et 80 g de **sucre.** Faites chauffer sans laisser bouillir, versez dans quatre verres hauts. Décorez de rondelles de citron piquées de **clous de girofle.**

magiques

À consommer (presque) sans modération, des cocktails brûlants pour dégivrer l'atmosphère.

RECETTES : M. DOMANGE

Café, chocolat, amande, une spécialité suave et corsée à la fois.

Macchiato

4 PERS. | 15 MIN | 15 MIN

- **CONCASSEZ** 100 g de **chocolat noir** et versez-le dans un saladier avec 1 cuillerée à soupe de **café soluble.**
- **FAITES BOUILLIR** 40 cl de **lait d'amande** avec 30 g de **sucre** et un **bâton de cannelle** dans une casserole. Laissez infuser 5 min, puis retirez la cannelle et portez à nouveau à ébullition. Versez sur le chocolat en fouettant jusqu'à ce que le mélange soit homogène.
- **PORTEZ À ÉBULLITION** 20 cl de **lait entier.** Versez-le dans un récipient haut et étroit. Mixez au mixeur plongeant pour obtenir de la mousse à la surface. Récupérez-la à la cuillère et déposez-la dans les verres. Poudrez d'un voile de **cacao** et dégustez.

L'infusion est piquante... et s'apprécie aussi sans rhum.

Grog épicé

4 PERS. | 15 MIN | 5 MIN

- **RETIREZ** les premières feuilles de 2 tiges de **citronnelle** Fendez-les en deux. Épépinez un petit **piment.** Prélevez le zeste d'1 **citron bio** au zesteur.
- **FAITES BOUILLIR** 25 cl d'eau 3 min dans une casserole avec le zeste, le piment et les demi-tiges de citronnelle, puis retirez le piment.
- **VERSEZ** dans chaque verre 1 cuil. à soupe de **miel,** 2 cuil. à soupe de **jus de citron** et 5 cl de **rhum**. Versez l'infusion bouillante dessus, répartissez les aromates et servez.

DU PEPS

COMBAVA, YUZU ET AUTRES NOUVEAUX AGRUMES SÉDUISENT PAR LEUR SUBTILITÉ ET LEURS VITAMINES. DE QUOI LUTTER AVEC DÉLICE CONTRE LES FRIMAS.

TEXTE : J.-P. FRÉTILLET - RECETTES : M.-C. FRÉDÉRIC - VINS - I. BACHELARD

Longtemps, la présence des agrumes dans la cuisine se résumait à l'orange (givrée ou entichée d'un canard), au citron, pour son jus à tout faire, ou au pomélo (improprement baptisé pamplemousse) pour ses quartiers dégourdissant un cocktail de crevettes roses.
Cette famille de fruits, à la fois exotique et proche (citron de Menton, clémentine de Corse, orange amère de Vallauris), s'est étoffée depuis quelques années. Le tropisme asiatique de chefs comme William Ledeuil ou Olivier Roellinger nous a fait découvrir la vigueur aromatique du combava ou les grisants effluves "mandarinés" du yuzu, agrume culte japonais.

KUMQUATS ET "MAINS DE BOUDDHA" sont des variétés étonnantes que cultive Michel Bachès à Eus (Pyrénées-Orientales), face au Mont Canigou. Les cuisiniers raffolent aussi du citron caviar, des bigarades et autres bergamotes de cet arboriculteur excentrique qui multiplie ses agrumes dans des serres chauffées

CLÉMENTINE, SARRASIN et saint-jacques, c'est un des mariages de saveurs proposés par Jean Sulpice à Val-Thorens (Savoie). À l'Oxalys, il ne joue pas seulement de la fraîcheur et de l'intensité des agrumes. "Je m'en sers pour équilibrer mes plats : une goutte de yuzu dans un bouillon d'algue kombu et de curcuma frais, du citron caviar dans un tartare de daurade, du zeste de "main de Bouddha" avec du coing…"
Les agrumes sont aussi de fabuleux exhausteurs de goût. Un filet de citron remplace une pincée de sel et souligne la fraîcheur des ingrédients sans s'immiscer dans l'expression des saveurs.

LA COMPAGNIE DU VIN Avec les agrumes, l'acidité d'un blanc est la bienvenue. Si le plat est sucré, on choisit un demi-sec ou un liquoreux de Loire ou du Sud-Ouest. Avec une viande aux agrumes, on sert un rouge fruité et généreux, ou un vin doux naturel du Roussillon.

EN HIVER

SOUFFLÉS BERGAMOTE ET LIMONCELLO, SALADE D'ORANGES

4 PERS. | 30 MIN | 20 MIN

■ FAITES BOUILLIR 2 min 5 cl d'eau avec 50 g de **sucre**, ajoutez 4 **feuilles de menthe** et laissez refroidir. Versez sur 6 **oranges** pelées en quartiers, rafraîchissez 1 h, puis décorez de menthe.
■ FAITES INFUSER le zeste d'1 **bergamote** dans 20 cl de **lait** chaud. Mélangez 50 g de sucre, 20 g de **fécule** et 3 jaunes d'**œufs.** Délayez avec 20 cl de lait, portez à ébullition en remuant. Versez-dans un saladier, couvrez la surface d'un film, laissez refroidir.
■ BEURREZ et sucrez 4 moules à soufflés. Allumez le four à th. 6 (180 °C). Fouettez la crème en incorporant 120 g de **limoncello.** Montez 6 blancs d'œufs en neige ferme, avec 110 g de sucre à la fin. Incorporez-les dans la crème. Remplissez les moules, faites cuire 20 min au four et servez avec la salade d'oranges.

VIN **Un bonnezeaux ou un coteaux-du-layon d'Anjou.**

Un dimanche en Italie

La nouvelle madeleine

SALTIMBOCCAS DE CHEVREUIL AU POMÉLO

4 PERS.
20 MIN
10 MIN

■ DÉTAILLEZ 400 g de **filet de chevreuil** en 12 fines escalopes. **Salez** et **poivrez,** puis fixez dessus une **feuille de sauge** à l'aide d'une pique en bois.
■ COUPEZ une bande de zeste de **citron bio** en filaments. Pressez le citron. Pelez 2 **pomélos** à vif, puis séparez les quartiers. Versez le jus qui a coulé dans celui de citron.
■ FAITES REVENIR les saltimboccas à feu vif dans 1 cuil. à soupe d'**huile** chaude. Baissez le feu et poursuivez la cuisson 4 à 5 min. Maintenez au chaud. Déglacez avec le jus des agrumes en grattant les sucs. Ajoutez 10 cl de **lait d'amande** et faites bouillir jusqu'à liaison de la sauce.
■ DISPOSEZ les saltimboccas et les quartiers de pomélo sur les assiettes chaudes nappées de sauce à l'amande. Poivrez au moulin, décorez de sauge et servez.

VIN **Un faugères du Languedoc.**

Retour de chasse

FINANCIERS AU CITRON DE MENTON CONFIT

6 PERS.
30 MIN
24 H + 30 MIN
10 MIN POUR LES FINANCIERS, 2 H POUR LES CITRONS CONFITS

■ BROSSEZ 4 **citrons de Menton** sous l'eau, puis coupez-les en rondelles de 5 mm. Chauffez 50 cl d'eau avec 500 g de **sucre** et 10 **feuilles de mélisse.** Ajoutez les tranches de citron, faites cuire 2 h au moins à frémissements (sans bouillir). Égouttez-les, faites-les sécher 24 h sur une grille.
■ FAITES FONDRE 150 g de **beurre** sur feu vif, jusqu'à ce qu'il dégage une odeur de noisette. Versez dans un autre récipient et laissez refroidir.
■ MÉLANGEZ 50 g de **poudre d'amandes**, 20 g de sucre et le zeste d'1 citron râpé. Montez 4 **blancs d'œufs** en neige avec 1 pincée de **sel,** incorporez le mélange, puis le beurre. Laissez reposer 30 min.
■ CHAUFFEZ le four th. 7 (210 °C). Répartissez la moitié de la pâte dans des petits moules beurrés et **farinés.** Ajoutez 1/4 de tranche de citron confit et recouvrez de pâte. Faites cuire 10 min au four.

VIN **Un vouvray demi-sec de Touraine.**

ID+ ...AVEC UN SORBET MINUTE Placez une boîte de lait concentré sucré (400 g) 30 min au congélateur, versez dans un blender, puis mixez en ajoutant peu à peu 500 g de brisures de framboises surgelées. C'est prêt.

Faux glaçons roses

PINK YUZU COCKTAIL

4 PERS. | 15 MIN | 8 H

■ FAITES TREMPER 5 g de **gélatine** en feuilles 5 min dans un bol d'eau froide. Essorez-la, faites-la fondre à feu doux dans une petite casserole avec 5 cl de **jus de pomélo.**

■ MÉLANGEZ 20 cl de jus de pomélo, 10 cl de **Martini rosé,** le jus d'1 **yuzu** et la gélatine. Versez dans un récipient à fond plat sur 2 cm d'épaisseur, couvrez et faites prendre 8 h au frais.

■ RÉPARTISSEZ la gelée en dés dans des grands verres, arrosez de **limonade rose** bien fraîche et servez.

ID+ ...AVEC DES ALLUMETTES JAPONAISES
Parsemez une pâte sablée de sucre roux, 2 pincées de sel et le zeste râpé du yuzu. Pressez au rouleau. Coupez en lanières, torsadez-les, dorez 10 min au four th. 6 (180 °C).

CEVICHE DE DAURADE AU COMBAVA

4 PERS. | 20 MIN | 12 H

■ LA VEILLE, allongez 4 beaux filets de **daurade royale** dans un plat creux, peau en bas. Parsemez avec 1 **gousse d'ail** hachée, 1 **oignon** émincé, 1 **piment rouge** haché, 1 cuil. à café de **thym-citron** effeuillé et le zeste râpé d'1 **combava.**

■ ARROSEZ avec le jus de 2 **citrons verts** et de 2 **jaunes.** Mélangez, couvrez d'un film étirable et laissez mariner 12 h au réfrigérateur. Râpez le zeste d'un second **combava,** mélangez-le avec 8 cl d'**huile d'olive.** Laissez reposer 12 h également.

■ LE JOUR MÊME, égouttez les filets. Faites-y quelques entailles et glissez une demi-tranche de citron vert dans chacune. Disposez-les sur les assiettes, arrosez avec l'huile parfumée et décorez de thym et de **fleur de sel.**

■ DÉGUSTEZ avec du bon pain grillé.

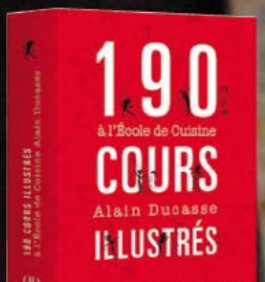
VIN **Un jurançon sec du Sud-Ouest.**

Entrée latina

CAN

ARD au chutney de pomme

MARIAGE DE SAVEURS RÉUSSI AVEC CES **AIGUILLETTES DE CANARD** ENROULÉES AUTOUR D'UN MORCEAU DE POMME, DORÉES À LA POÊLE ET SERVIES AVEC UN **CHUTNEY ACIDULÉ** AUX FRUITS D'AUTOMNE. UNE RECETTE INRATABLE EN SUIVANT NOS **8 ÉTAPES.**



Leçon filmée extraite du livre *190 cours illustrés à l'école de cuisine Alain Ducasse*. Photos : Benoît Witz, 39 €, Alain Ducasse édition.

En leçon filmée

Les bons gestes

4 PERS. | 30 MIN | 25 MIN

POUR LES ROULADES DE CANARD
★ 2 pommes, boskoop ou grises du Canada ★ 4 aiguillettes de canard ★ fleur de sel ★ poivre du moulin ★ 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ★ 2 brochettes en bois.

POUR 25 CL DE CHUTNEY DE POMME
★ 2 grosses pommes (300 g), boskoop ou grises du Canada ★ 40 g d'oignon blanc ★ 50 g de sucre ★ 10 cl de vinaigre de cidre ★ sel, poivre du moulin ★ 1 cuil. à soupe d'huile d'olive ★ 20 cerneaux de noix.

1 Préparez

le chutney. Pelez les pommes. Évidez-les entières et coupez-les en gros dés. Émincez les oignons. Concassez les noix. Torréfiez-les 5-6 min au four sur th. 6 (180 °C).

2 Faites chauffer

une casserole à feu vif. Versez-y le sucre et laissez-le caraméliser, puis déglacez avec le vinaigre. Ajoutez les tranches d'oignon et faites-les suer en remuant. Ajoutez les pommes, couvrez et laissez mijoter 15 min à feu doux, en remuant de temps en temps. Salez, poivrez, arrosez d'huile d'olive.

3 Ajoutez

les noix torréfiées et mélangez bien. Arrêtez la cuisson du chutney lorsque les pommes sont réduites en compote.

4 Versez

dans un bol pour stopper la cuisson et laissez tiédir.

pour vous guider

5 Préparez

les roulades. Lavez les pommes, essuyez-les. Coupez un côté d'une pomme au ras des pépins. Avec un couteau d'office, entamez la peau de ce morceau et creusez la chair en tournant. Continuez à tourner de manière à découper un cylindre de 3 cm de haut et 2 cm de diamètre environ. Retaillez-le si necessaire pour qu'il soit bien régulier.

6 Enlevez

la peau qui est restée sur le cylindre. Répétez cette opération pour obtenir quatre cylindres.

7 Posez

les aiguillettes de canard à plat. Déposez sur chacune, au tiers de la longueur, un cylindre de pomme. Roulez la viande autour. Maintenez chaque roulade à l'aide d'une demi-brochette en bois. Saupoudrez de fleur de sel et poivrez.

8 Faites colorer

dans l'huile les côtés plats des roulades, 2 min de chaque côté. Enfournez 2 min sur th. 6 (170 °C). Servez chaud avec le chutney.

LE TUBE des îles

ANANAS ET NOIX DE COCO FONT UN SAVOUREUX NUMÉRO DE VOLTIGE DANS CE DÉLICE EN TROIS DIMENSIONS. UN VRAI TRAVAIL D'ARTISTE.

TEXTE : MYRIAM DARMONI

Star de cette composition sucrée très structurée, le petit ananas victoria de la Réunion est à son apogée en février. Sur l'assiette, l'œil est irrésistiblement attiré par un carré de pointillés brillants, réalisés en coulis d'ananas et formant un tapis graphique. En son centre se dresse un tube à la noix de coco. Ne vous fiez pas à son apparente simplicité. Son cœur révèle quelques douceurs à la texture tout à la fois fondante et craquante : crème anglaise gélifiée et miettes de sablés amande-coco en particulier. Au pied de ce cylindre, une compotée d'ananas et des boules de crumble sont là pour faire la transition entre la hauteur du tube et l'aplat de coulis. L'ensemble est rehaussé d'un décor en isomalt et feuille d'or qui enferme le tube dans un cercle. L'ultime touche raffinée de ce dessert dont on vous donne toutes les clés.

"Ananas, compotée au Malibu et émulsion noix de coco et citron vert", une recette de JEAN-MICHEL MANIÈRE, chef pâtissier au CHÂTEAU DE SAINT-MARTIN, à Vence (06).

LE CHAPEAU

■ **Déposez sur le "tube" une quenelle de sorbet mise en forme avec deux cuillères à soupe : façonnez la quenelle en faisant glisser trois ou quatre fois le sorbet d'une cuillère à l'autre.**

LE TUBE

■ Juste après la cuisson au four, la pâte à tuile parfumée à la noix de coco râpée est mise en forme sur un rouleau de 5 cm de diamètre.

LE DÉCOR

■ Cet arc de cercle est en isomalt vert, un produit utilisé par les pros qu'on trouve dans les boutiques spécialisées sur le Net. On le fait d'abord fondre à feu doux. Dès qu'il file quand on l'étire, on plonge une cuillère dedans et on lui fait prendre forme sur un rouleau à pâtisserie ou une bouteille. Une fois sec, on le dispose délicatement par-dessus le tube. Un fragment de feuille d'or apporte la touche finale.

L'ÉMULSION

■ Le tube une fois refroidi, utilisez un siphon pour le garnir d'une émulsion coco-citron vert épaissie avec de la gélatine. Glissez-y avec les doigts un galet de crème anglaise parfumée au fruit de la passion et gélifiée dans des moules à empreinte en silicone de 5 cm de diamètre. Ajoutez de la compote d'ananas au Malibu et des miettes de sablé amande-coco. L'émulsion est lissée à la spatule plate et le tube est mis à refroidir au réfrigérateur avant d'être posé debout au centre des assiettes de service, blanches et carrées.

LES POINTILLÉS

■ Décorez le reste de l'assiette avec des gouttes de coulis d'ananas, en vous servant d'une pipette. Alternez des gouttes petites et grosses en formant un carré tout autour du tube.

LES BOULETTES DE PAIN

■ Trois grosses miettes de crumble aux amandes, saupoudrées de sucre glace, viennent ponctuer la construction géométrique.

LA COMPOTE

■ Avec une cuillère à soupe, disposez de la compote d'ananas au pied du cylindre en faisant une ligne parfaite de part et d'autre.

CHEESECAKES AUX ANCHOIS ET AU CHOCOLAT

4 PERS.
20 MIN
10 MIN
4 H

■ RAMOLLISSEZ 3 **feuilles (6 g) de gélatine** dans de l'eau froide.
■ MIXEZ 80 g de **crackers** apéritif nature et mélangez-les à 40 g de **beurre fondu.** Tassez au fond de 4 moules individuels hémisphériques en silicone. Faites-les cuire 10 min sur th. 6 (180 °C). Laissez refroidir.
■ CHAUFFEZ 10 cl de **crème,** faites-y fondre la gélatine égouttée. Mélangez 125 g de **fromage frais nature** et 125 g de **ricotta**. Incorporez la crème, puis 5 **filets d'anchois à l'huile** émincés et 12 **olives noires** dénoyautées et hachées ; poivrez. Utilisez cette crème pour garnir les coques de biscuits cuites et quatre autres moules hémisphériques.
■ FAITES PRENDRE 4 heures au frais. Démoulez les éléments, superposez-les pour créer des sphères. Décorez de **copeaux de chocolat noir,** de **ciboulette** et de **pousses de salade.**

LE VIN **Jerez fino andalou.**

BELLES à

CHOUQUETTES À LA GANACHE BLANCHE FOUETTÉE

4 PERS. | 20 MIN | 5 MIN | 3 H

■ CHAUFFEZ 10 cl de **crème liquide entière.** Râpez 100 g de **chocolat blanc pâtissier.** Versez dessus la crème en trois fois en mélangeant. Laissez tiédir et parfumez d'une goutte d'**huile essentielle de coquelicot,** placez au frais 3 h.

■ OUVREZ en deux 24 **chouquettes** (du boulanger). Fouettez la ganache blanche en mousse et garnissez-en les choux. Superposez-les sur les assiettes. de service.Décorez de **perles de sucre** et de **fleurs** comestibles non traitées.

LE VIN **Bugey pétillant.**

EN DEUX TEMPS, TROIS MOUVEMENTS, DES ASSIETTES DE FÊTE AVEC LE MEILLEUR DES PRODUITS TOUT PRÊTS.

PHOTOS : B. MARIELLE - STYLISME : V. GAULT - VINS : I. BACHELARD

CROQUER

MILLEFEUILLES DE POULET AU FOIE GRAS ET AUX PRALINES ROSES, PURÉE ROSE

6 PERS.
40 MIN
35 MIN

■ ÉTALEZ finement au rouleau 9 **escalopes de poulet** entre deux films étirables. Mélangez 120 g de **foie gras cru** en dés, 55 g de **pralines roses** et 55 g d'**amandes grillées** concassées dans un plat creux.

■ ASSAISONNEZ les escalopes et montez-les façon millefeuille en alternant avec la farce. Filmez bien serré. Faites cuire pendant 15 à 20 min à la vapeur.

■ PORTEZ 40 cl de **lait** et 10 cl de **jus de betterave** à ébullition. Versez les flocons de 2 sachets (2 x 125 g) de **purée lyophilisée,** puis assaisonnez.

■ TAILLEZ 6 millefeuilles dans les escalopes farcies et faites-les dorer dans une poêle avec 60 g de **beurre.** Déglacez avec 10 cl de **vin blanc sec.** Laissez réduire de moitié, ajoutez 25 cl de **crème,** portez à ébullition et retirez du feu. Assaisonnez.

■ SERVEZ les millefeuilles accompagnés de purée rose, d'**éclats de praline** et de sauce. Décorez de **ciboulette.**

LE VIN Gewurztraminer.

MAKIS GLACÉS VANILLE-FRAISE

4 PERS.

20 MIN

■ PLACEZ 1/2 litre de **glace à la vanille** et 1/2 litre de **glace à la fraise** au réfrigérateur afin de les assouplir. Moulinez assez finement 4 bonnes pincées de **poivre noir.**

■ ÉTALEZ la glace à la vanille sur la natte doublée de film étirable. Garnissez d'un boudin de glace à la fraise. Parsemez d'un peu de poivre en petits éclats.

■ ROULEZ l'ensemble en maki. Refermez le film, remettez au congélateur.

■ POUR SERVIR, enlevez le film, roulez les makis dans un lit de feuilles de basilic ciselées. Coupez en tranches. Posez sur les assiettes, décorez de gouttes de **crème de balsamique.**

LE VIN **Saumur effervescent demi-sec.**

ACCORDS d'initiés

QUAND LES VINS DICTENT LE MENU… UN BLANC D'ALSACE AU FRUITÉ INTENSE ET UN ROUGE ÉLÉGANT ET PUISSANT DU SUD.

TEXTE : E. DE MEURVILLE - RECETTES : R. SOURDEIX

VIN BLANC Riesling

Grand cru Kessler 2008, Domaines Schlumberger

Né dans le terroir gréseux du grand cru Kessler, sur les coteaux élevés de Guebwiller, ce riesling combine fraîcheur et puissance. Ferme, droit, intense, il se montre élégant et séduisant tout en étant vraiment sec. Ce millésime 2008 a un nez exotique marqué par les agrumes et des notes de fumé. La bouche fruitée et minérale est longue et équilibrée, avec un côté charmeur et féminin qu'on trouve rarement dans un riesling. Il se déguste dès maintenant ou vieillira encore quelques années. *16,70 €, au domaine, chez les cavistes.*

LA VIGNERONNE Héritière (7e génération) d'une longue lignée de vignerons amoureux de ce vignoble alsacien, Séverine Schlumberger a repris avec son frère et son oncle les rênes de l'exploitation. Née dans les vignes, elle les a quittées une dizaine d'années pour Paris, Londres et ailleurs avant de revenir sur sa terre natale. Elle exerce surtout ses talents dans le domaine commercial. Mais on ne vend bien que les vins qu'on connaît bien : elle suit donc de près la culture de la vigne et la vinification.

LES PLATS QUI LUI VONT BIEN Ce grand vin sec se marie parfaitement avec les classiques, comme cette bouchée à la reine dont le feuilletage beurré et la sauce crémée contrasteront avec la fraîcheur et l'intensité du vin. On pense aussi à un turbot au beurre blanc ou à une choucroute. Plus moderne, une nage de coquillages et de lotte relevée de thym : ses accents iodés mettront en valeur les notes minérales et fleuries du riesling. Autres bonnes idées, des saint-jacques au zeste d'orange, un curry de crevettes au lait de coco ou un simple saumon grillé au sésame.

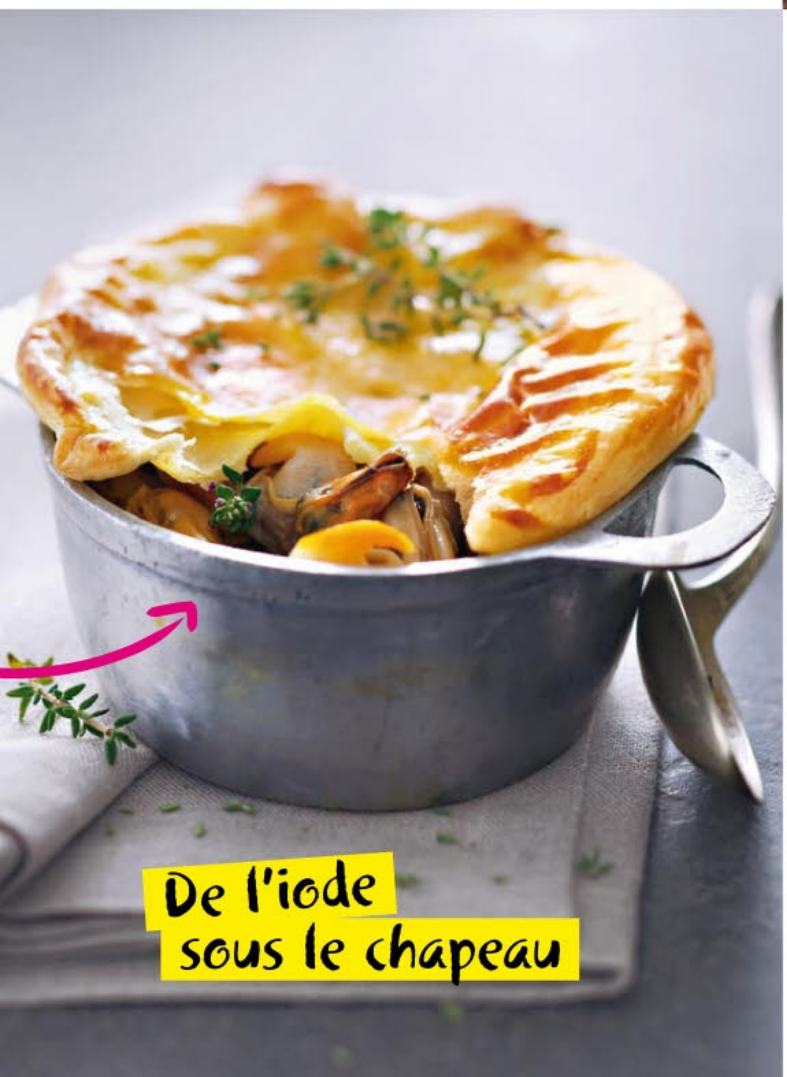
Bouchées à la reine

Un classique en famille

250 g de pâte feuilletée
1 œuf
350 g de ris de veau
300 g de blancs de poulet
200 g de petits champignons de Paris
40 cl de bouillon de volaille instantané
10 cl de crème fraîche épaisse
le jus d'1/2 citron
10 cl de vin blanc sec
60 g de beurre
40 g de farine
sel, poivre blanc.

4 PERS. | 45 MIN | 1H20 | 20 MIN

1. Découpez 4 disques de 8 cm dans la pâte étalée sur 6 mm. Marquez les couvercles au couteau. Glissez au frais 20 min.
2. Préchauffez votre four sur th. 7 (210 °C). Badigeonnez les disques d'œuf battu, cuisez 20 min au four. Détachez les couvercles.
3. Faites frémir les ris 2 min à l'eau salée. Rincez et égouttez. Retirez la graisse, la peau, les nerfs, coupez-les en dés. Faites-les sauter 10 min à feu très doux dans 20 g de beurre.
4. Cuisez les champignons émincés 5 min dans une casserole avec le jus de citron, le vin et 1 cuil. de crème. Salez, égouttez-les. Versez le bouillon dans le jus. Faites-y cuire le poulet 20 min. Égouttez-le, coupez-le en petits dés comme les ris de veau.
5. Faites fondre le reste de beurre dans une casserole. Ajoutez la farine et remuez 2 min. Versez le bouillon et remuez vivement jusqu'à épaississement. Ajoutez le reste de la crème, laissez cuire 5 min à feu doux en remuant constamment. Salez et poivrez, ajoutez les ris de veau, le poulet et les champignons. Mélangez délicatement et laissez réchauffer sur feu très doux.
6. Passez les bouchées 5 min au four pour les réchauffer. Remplissez-les juste au moment de servir et posez un couvercle sur chacune.



De l'iode sous le chapeau

Cocotte marine feuilletée

500 g de moules de bouchot
400 g de coques
400 g de queue de lotte
2 échalotes
2 gousses d'ail
4 brins de thym
20 cl de vin blanc sec
60 cl de fumet de poisson
300 g de pâte feuilletée
1 œuf battu
sel, poivre.

Matériel :
4 cocottes individuelles ou 4 bols à gratinée.

4 PERS. | 35 MIN | 40 MIN

1. Triez les moules. Versez-les dans un faitout avec le vin, les échalotes ciselées, l'ail et du poivre. Couvrez et faites-les ouvrir sur feu vif. Égouttez-les à l'écumoire, décoquillez-les.
2. Lavez les coques dans plusieurs eaux. Versez-les dans le jus des moules. Couvrez, faites-les ouvrir 5 min à feu vif en les remuant plusieurs fois. Égouttez-les dans une passoire et décoquillez-les. Filtrez le jus de cuisson.
3. Portez à ébullition le fumet et le jus dans une casserole, poivrez. Faites-y cuire 10 min à frémissements la lotte coupée en cubes de 40 g. Retirez-les à l'écumoire.
4. Répartissez les moules dans quatre petites cocottes avec les coques, les morceaux de lotte, les brins de thym et le bouillon.
5. Chauffez le four à th. 7 (210 °C). Étalez la pâte feuilletée sur 2 mm, découpez-y quatre disques d'un diamètre supérieur de 3 cm à celui des cocottes. Badigeonnez-les à l'œuf.
6. Posez un disque de pâte sur chaque cocotte, rabattez l'excédent de pâte sur le bord pour bien fermer. Cuisez 15 min au four.
7. Dès que la pâte est levée et bien dorée, retirez du four et portez aussitôt à table.

TAMIS FIN Filtrez soigneusement le bouillon en doublant le chinois (passoire fine) d'un linge, afin d'éliminer tout le sable des coques.

VIN ROUGE

Bandol

Domaine de la Bégude 2009

En quelques années à peine, ce domaine est devenu l'une des stars de la très appréciée appellation bandol, connue pour ses grands vins rouges tirés du mourvèdre, cépage exceptionnel qui mûrit au soleil en contemplant la Grande Bleue. Ce rouge 2009 déjà superbe et promettant des années de bonheur est le résultat d'un pari contre les éléments : il a fallu laisser passer la pluie pour récolter les raisins à pleine maturité. Il bénéficie aussi d'un terroir d'altitude (400 m) et de rendements faibles. Issu en grosse majorité du mourvèdre, avec moins de 10 % de grenache, élevé en bois avec douceur, ce vin se révèle long en bouche, bien équilibré, à la fois puissant et élégant. Les amateurs aimeront sa robe rubis intense, son nez de fruits noirs et de garrigue et sa bouche charpentée, sans lourdeur, avec une finale délicieusement épicée.
20 €, en vente au domaine (plus transport) et chez les cavistes.

LE VIGNERON Né au Château Giscours, un célèbre margaux grand cru dans le Bordelais, Guillaume Tari a atterri en Provence en 1996. Séduit par le paysage, les couleurs, le soleil, la Méditerranée, et surtout par la vue qui permet de contempler les calanques de Cassis, Guillaume, aidé de sa femme Soledad, décide de remettre en état cette propriété de 500 hectares sur les hauteurs de Bandol, dont seuls 7,5 hectares de vignes étaient encore exploités. Objectif : gérer la garrigue, qui reprend vite le terrain si on la laisse faire, replanter des vignes pour aller jusqu'à 20 hectares, et s'occuper lui-même des vins. Il est le seul Bordelais de Bandol et produit aujourd'hui quelques-uns des plus jolis vins de l'AOC, mais aussi une exquise huile d'olive.

LES PLATS QUI LUI VONT BIEN Avec ce vin, tout est possible, notamment les plats de viande mijotés d'hiver riches en saveurs. Il peut jouer les tonalités exotiques, comme dans notre tajine d'agneau aux châtaignes avec oignons, raisins secs, badiane et vanille, dont les goûts vont se fondre dans le vin en une harmonie puissante mais sans heurt. Il aimera aussi les classiques, daubes, salmis ou civet, et notamment cette queue de bœuf longuement et doucement cuisinée au vin rouge et à la cannelle, qui accentuera encore l'ampleur du vin en bouche. Restent bien sûr les viandes rouges grillées ou rôties, les gibiers et surtout le sanglier (qui saccage un tiers des récoltes sur la propriété). Mais aussi un jambon ibérique, ou même un poisson en croûte de sel.

↪ Adresses en fin de numéro

Tajine d'agneau aux marrons, épices et raisins

6 PERS. | 20 MIN | 1H45

- 1 kg d'épaule d'agneau coupée en cubes de 80 g
- 1 souris d'agneau
- 60 cl de bouillon de volaille
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 1 gousse de vanille
- 2 étoiles d'anis
- 80 g de raisins secs blonds
- 300 g de marrons en conserve
- 1 cuil. à soupe de miel
- 4 cuil. à soupe d'huile d'arachide
- sel, poivre.

1. Émincez les oignons et les gousses d'ail. Chauffez l'huile dans une cocotte. Faites-y dorer les morceaux d'épaule. Salez, poivrez, retirez-les de la cocotte.
2. Faites dorer à leur place la souris d'agneau sur toutes ses faces. Ajoutez l'ail et l'oignon, mélangez et laissez fondre 2 min.
3. Ouvrez la vanille, grattez les graines, ajoutez le tout dans la cocotte avec l'anis étoilé. Mouillez avec le bouillon, portez à ébullition, couvrez aux trois quarts et laissez cuire 40 min à frémissements.
4. Ajoutez les morceaux d'épaule réservés et faites cuire encore 30 min, toujours à petits frémissements.
5. Retirez le couvercle, ajoutez les raisins secs, les marrons égouttés et le miel. Prolongez la cuisson 20 min à découvert afin de laisser réduire la sauce.

QUEL MORCEAU? On peut faire ce tajine avec des souris seulement, une par personne. Ou uniquement des cubes d'agneau (150 à 200 g par personne).

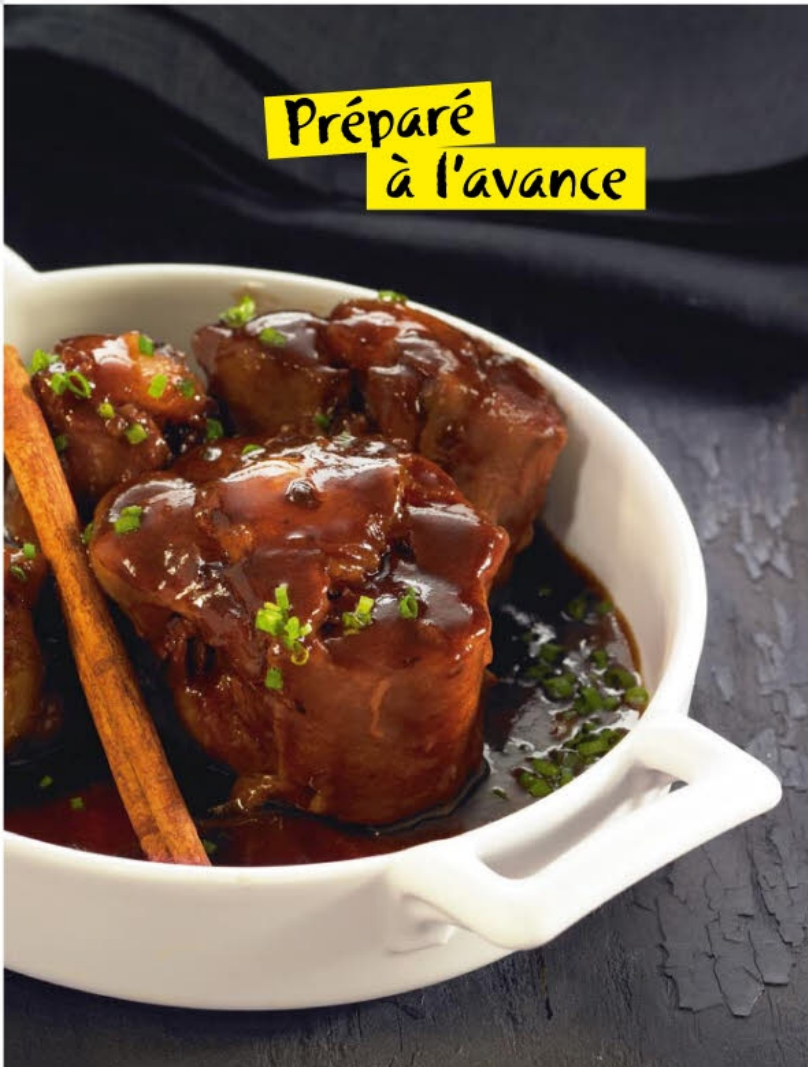
Queue de bœuf au vin rouge

4 PERS. | 20 MIN | 3 H

- 8 morceaux de queue de bœuf (environ 1,8 kg)
- 1 litre de vin rouge
- 50 cl de fond de veau à base de déshydraté
- 2 carottes
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 3 gros champignons de Paris
- 1 bouquet garni
- 1 bâton de cannelle
- 30 g de beurre
- 3 cuil. à soupe d'huile d'arachide
- ciboulette
- sel, poivre.

1. Chauffez le four à th. 6 (180 °C). Coupez en dés les champignons, les carottes et les oignons, écrasez les gousses d'ail.
2. Chauffez l'huile et le beurre dans une cocotte large. Faites-y colorer les morceaux de queue de bœuf à feu vif sur toutes leurs faces. Retirez-les de la cocotte, remplacez-les par les légumes, laissez-les suer 10 min.
3. Ajoutez les morceaux de queue, puis le vin rouge, le fond de veau, le bouquet garni et la cannelle. Salez peu, poivrez. Portez à ébullition, couvrez et cuisez 1 h 10 au four.
4. Baissez le four à th. 5 (150 °C) et laissez mijoter encore 1 h 30.
5. Sortez la cocotte du four, vérifiez que les morceaux de queue sont parfaitement cuits. Déposez-les dans un plat, couvrez-les d'un linge humide. Filtrez la sauce dans une casserole, faites la réduire à consistance légèrement sirupeuse.
6. Remettez les morceaux de queue dans la cocotte, versez la sauce, vérifiez l'assaisonnement en réchauffant. Transvasez dans un plat chaud, parsemez de ciboulette ciselée.

SOUS SURVEILLANCE Si la sauce réduit trop rapidement pendant la cuisson, ajoutez un peu d'eau bouillante et baissez la température du four.



Le PIMENT d'Espelette

Cette pépite rouge, d'une grande subtilité aromatique, est à la mode. Seule épice "made in France" cotée sur **l'échelle de Scoville** (qui mesure la force des piments), elle fait notre fierté. Originaire **d'Amérique du Sud,** ce piment s'est acclimaté sur les douces collines d'Espelette, au Pays basque, où il a même décroché une AOP. Il est l'ingrédient incontournable de la **"hot" cuisine non brûlante.** Récolté et encordé à la main, le piment d'Espelette s'utilise en lanières ou **réduit en poudre.** Il remplace le poivre, avec des **notes grillées** et fruitées. On l'utilise même dans les desserts !

TEXTE : J.-P. FRÉTILLET - RECETTES : M. ABADIE - VINS : I. BACHELARD

LE FEU SI JE VEUX !

Vous aimez le piment, un peu, à la folie ou pas du tout ? Pour éviter une désagréable surprise, consultez **l'échelle de Scoville,** qui tient son nom du pharmacien qui l'a inventée. Elle détaille **l'intensité** des différentes sortes de piments. Du poivron (neutre) au habanero (explosif), toutes les nuances y figurent : doux, chaleureux, relevé, **chaud** (tel le piment d'Espelette), fort, ardent, brûlant, torride ou volcanique.

Foie gras vapeur au piment d'Espelette

6 PERS. | 20 MIN | 20 MIN | 48 H

IL VOUS FAUT

450 g de foie gras de canard cru déveiné
1 cuil. à soupe d'armagnac
3 cuil. à café de piment d'Espelette
1 cuil. à café et demie de sel fin
1/2 cuil. à café de poivre blanc
1/2 cuil. à café de sucre
gros sel.

CONSEIL Tranchez le foie gras plus facilement en trempant la lame du couteau dans de l'eau très chaude. Essuyez-la avant de couper.

1. Posez le foie ouvert sur une assiette. Arrosez-le d'armagnac. Mélangez le sel fin, le poivre et le sucre. Assaisonnez-en le foie gras de toutes part, puis roulez-le dans 2 cuil. à café de piment.
2. Enveloppez le foie gras dans trois épaisseurs de film étirable, puis dans de l'aluminium. Laissez reposer une nuit au frais.
3. Le lendemain, faites cuire le foie gras 20 min dans le panier d'un cuit-vapeur en le retournant une fois. Laissez refroidir 2 h.
4. Déballez le foie gras. Éliminez le gras de cuisson. Épongez le foie et saupoudrez-le de piment. Gardez-le au réfrigérateur jusqu'au lendemain, protégé par un film. Découpez le foie gras en tranches et servez-le parsemé de gros sel sur des tranches de pain grillé.

LE BON ACCORD
Un jurançon doux, blanc complexe, moelleux et vif à la fois (Sud-Ouest).

Crèmes au chocolat basque

4 PERS. | 20 MIN | 5 MIN | 4 H

IL VOUS FAUT

125 g de chocolat noir à pâtisser
2 œufs
25 g de beurre
20 cl de crème fleurette
2 cuil. à soupe de sucre glace
5 pincées de piment d'Espelette.

CONSEIL Vous pouvez ajouter 1 cuil. à café d'extrait de vanille naturelle, qui se marie bien avec le piment.

1. Hachez le chocolat. Faites chauffer la moitié de la crème fleurette dans une casserole. Versez-y le chocolat haché et tournez pour lisser le mélange. Ajoutez le beurre coupé en morceaux hors du feu, puis incorporez les jaunes d'œufs.
2. Montez les blancs en neige. Versez-y un peu de crème au chocolat. Mélangez, puis incorporez le reste de crème et 3 pincées de piment d'Espelette. Répartissez la crème dans quatre coupes. Gardez 4 h au réfrigérateur.
3. Au moment de servir, montez le reste de crème fleurette bien froide en chantilly en y incorporant le sucre glace. Servez les crèmes surmontées d'un nuage de chantilly et poudrées du reste de piment.

LE BON ACCORD
Classique du Roussillon, un vin doux naturel de Banyuls aux parfums confits et avec une bouche douce, riche et épicée.

DÉLICES BASQUES

Entre montagne et mer, le terroir basque offre un large choix de spécialités gastronomiques. Le piment d'Espelette bien sûr, mais aussi **l'ardi-gasna** (un fromage de brebis), le jambon de Bayonne, la **cerise d'Itxassou** ou encore l'anchois frais. Mais le piment d'Espelette reste le produit le plus emblématique et le plus **plébiscité** de cette région.

Mignons roulés aux épices et haricots blancs

4 PERS. | 40 MIN | 35 MIN | 1 H 10

IL VOUS FAUT

2 filets mignons de porc de 400 g
700 g de haricots blancs à écosser
1 bouquet de thym
1 gousse d'ail
40 g de beurre
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
1 cuil. à soupe de piment d'Espelette
2 cuil. à café de paprika
1 cuil. à soupe de sucre
2 cuil. à soupe de vinaigre
sel, poivre du moulin.

CONSEIL Les haricots surgelés sont pratiques, notamment les mogettes de Vendée label Rouge, à cuire directement 30 min.

1. Mélangez la moitié du piment et du paprika avec 1 cuil. à soupe d'huile d'olive. Badigeonnez-en les filets mignons. Filmez et laissez mariner pendant 1 h.
2. Écossez les haricots. Placez-les dans un faitout et couvrez d'eau. Portez à ébullition. Ajoutez le thym et la gousse d'ail écrasée, laissez cuire 35 min jusqu'à ce que les haricots soient fondants. Assaisonnez 10 min avant la fin de cuisson.
3. Salez les filets mignons. Saisissez-les de tous les côtés 6 à 7 min dans le reste d'huile d'olive à la cocotte. Couvrez et laissez cuire 20 min en retournant les filets une ou deux fois. Laissez reposer 10 min en fin de cuisson.
4. Prélevez une tasse de haricots blancs. Écrasez-les et mélangez-les avec un peu d'eau de cuisson et le beurre. Reversez sur le reste des haricots blancs.
5. Réservez le jus rendu par la viande dans la cocotte. Saupoudrez les filets mignons avec le reste d'épices et le sucre. Faites-les rouler dans la cocotte. Arrosez avec le vinaigre et retournez-les. Ils doivent être caramélisés. Servez-les arrosés de jus avec les haricots blancs.

LE BON ACCORD
Un coteaux-du-languedoc généreux, à l'aise avec le côté caramélisé du plat.

Paillassons piquants de pommes de terre au lard

IL VOUS FAUT

700 g de pommes de terre farineuses
2 oignons tiges ou un poivron vert
4 tranches de lard
2 tranches de jambon de Bayonne
2 cuil. à soupe d'huile d'olive
1 cuil. à café de piment d'Espelette
sel fin.

4 PERS. | 25 MIN | 20 MIN

1. Pelez et râpez les pommes de terre au robot. Émincez les oignons avec leurs tiges. Versez les pommes de terre, les oignons et le jambon coupé en lanières dans un saladier. Ajoutez la moitié du piment d'Espelette, salez et mélangez.
2. Chauffez l'huile d'olive dans une grande poêle. Façonnez huit petites galettes. Faites-les cuire 8 min sur feu modéré. Retournez-les, puis cuisez-les encore 6 min sur l'autre face.
3. Coupez les tranches de lard en deux dans la longueur. Entourez chaque galette d'une languette de lard. Terminez la cuisson 2 à 3 min. Saupoudrez du reste de piment et servez en accompagnement d'un rôti ou d'une salade.

LE BON ACCORD
Ils sont aussi à l'aise avec un irouléguy rosé local qu'un brouilly (beaujolais).

CONSEIL Pour réaliser des paillassons bien ronds et réguliers, formez-les sur une assiette à l'aide d'un cercle à pâtisserie. Faites-les ensuite glisser dans la poêle.

Nouveau ! Téléchargez l'application mobile

prima DO IT YOURSELF

Tous les loisirs créatifs expliqués en vidéo !

GRATUIT !
TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION
dans l'App Store
en tapant
PRIMA

IDÉES CRÉATIVES
Des idées et des conseils expliqués en vidéo pas-à-pas

TECHNIQUES DE BASE
Étape par étape, des vidéos pour bien comprendre les bases en couture, broderie, scrap, pochoir, pliage...

NOS COUPS DE CŒUR
Le meilleur des idées de nos lectrices

+ chaque mois, une mise à jour gratuite avec de nouvelles vidéos pour réaliser les idées proposées dans le magazine Prima

Pour accéder directement à notre application, téléchargez gratuitement l'application Flashcode ou Mobiltag, ouvrez-la et scannez le pictogramme ci-contre avec votre iPhone

Disponible sur App Store

1

2

3

MISTRAL GA

CHAQUE RÉGION A SES TRADITIONS SUCRÉES. SAUREZ-VOUS D'OÙ VIENNENT POUR BECS SUCRÉS, HISTOIRE DE RAVIVER LES SOUVENIRS DES PLUS

6

7

8

4

5

GNANT

CES BONBONS AU GOÛT D'ENFANCE ? PETIT **QUIZ** GRANDS ET D'INSTRUIRE LES PLUS JEUNES.

9

10

Reporter dans chaque case blanche la lettre qui correspond au nom de la confiserie.

A COTIGNAC D'ORLÉANS
Pâte de coing fondante, ancêtre du roudoudou, cette gourmandise était autrefois offerte aux grands personnages à leur entrée dans la ville.

B NOUGAT DE MONTÉLIMAR
Connu en Orient depuis l'Antiquité, cette sucrerie contient moins de 30 % d'amandes, parfois des pistaches, 25 % de miel et des blancs d'œufs.

C BÊTISES DE CAMBRAI
Ces bonbons sont nés au XIX^{e} siècle d'une erreur : un apprenti aurait mal dosé sucre et menthe et insufflé de l'air dans la pâte par inadvertance.

D PRALINES ROSES. Spécialité de la région lyonnaise, c'est une amande enrobée de sucre caramélisé. On la trouve dans diverses recettes comme le gâteau de Saint-Genix.

E VIOLETTES DE TOULOUSE
La violette est l'emblème de la Ville rose, où l'on fait cristalliser des fleurs fraîches dans le sucre.

F COUSSINS DE LYON. À base de pâte d'amande fourrée de ganache au chocolat parfumée au curaçao.

G BERGAMOTES DE NANCY
Seul bonbon français ayant l'IGP (indication géographique protégée), il est parfumé à l'huile essentielle de cet agrume méditerranéen.

H CALISSONS D'AIX. Cette confiserie à base d'amandes et de melon confit est posée sur une feuille de pain azyme et couverte d'un épais glaçage blanc.

I NINICHES DE BORDEAUX
À déguster froides ou tièdes, elles peuvent prendre différentes formes.

J TOURON DU PAYS BASQUE.
Proche cousin du nougat espagnol, il se décline dans de nombreux parfums et couleurs.

RÉPONSES : 1.D / 2.I / 3.E / 4.J / 5.G / 6.H / 7.C / 8.B / 9.F / 10.A

RÉALISATION : F. HABERTHUR

KERALA le feu

BERCEAU DES ÉPICES, CETTE RÉGION DU SUD DE L'INDE MET LE FEU AU PALAIS ET EMPORTE LES SENS. VOUS AVEZ DIT INTENSE ?

TEXTE : G. LAMOUREUX - PHOTOS : D. LEFRANC

et la grâce

LES TROIS SAVEURS INCONTOURNABLES

LA NOIX DE COCO

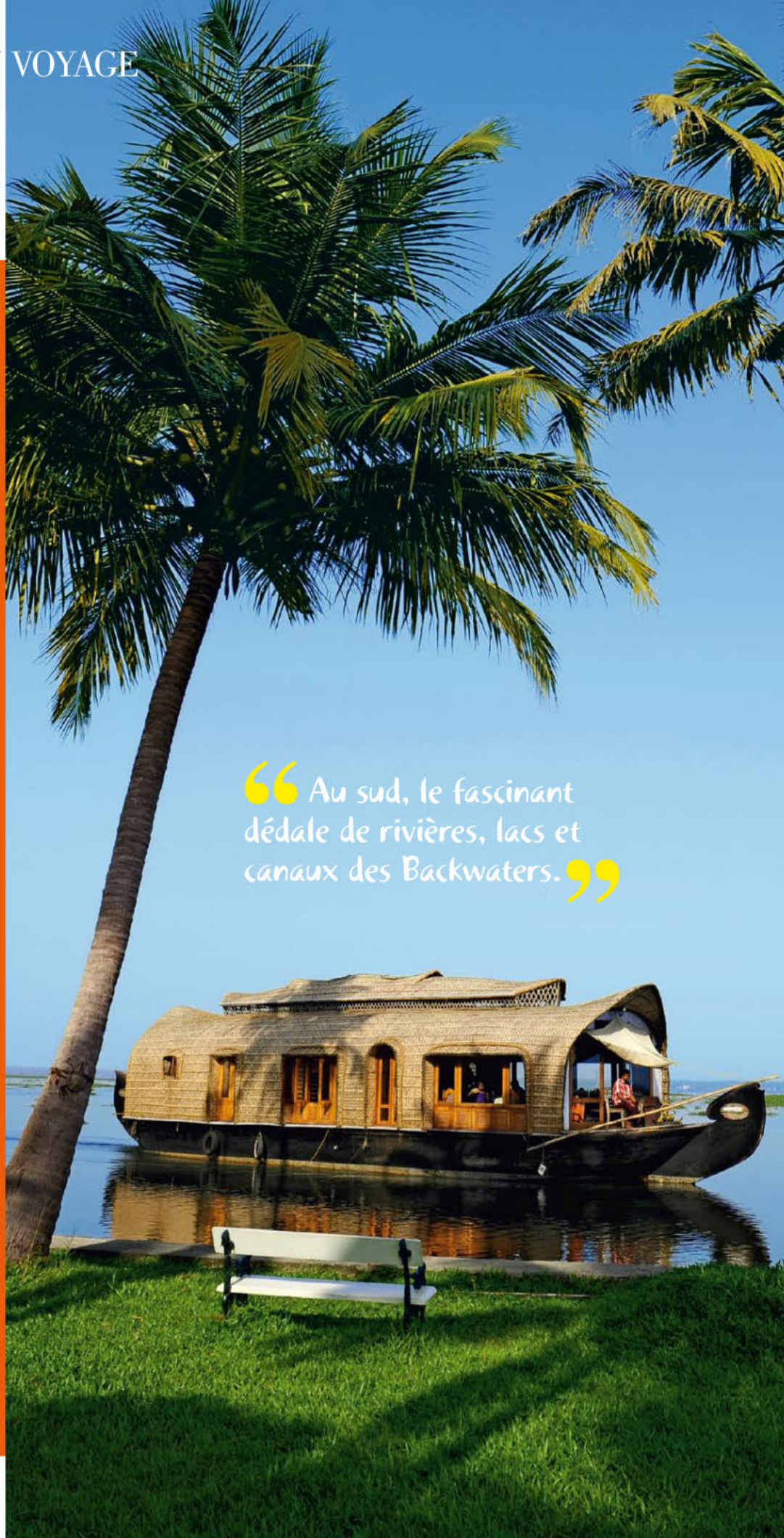
■ Le mot Kerala signifie “pays des cocotiers”. De fait, pas une perspective où n’apparaissent les longues silhouettes de ces arbres décoiffés par le vent. Omniprésente sur les étals, la noix de coco se décline sous toutes ses formes. Avec sa fibre traitée, on fabrique nattes, sacs et cordages. Pulpe, huile, lait ou pâte parfument les plats de l’entrée au dessert. Sa saveur douce déjoue la malice des épices et le feu du piment.

LE POIVRE ET LA CARDAMOME

■ Il en pousse près de 80 variétés au Kerala, considérées parmi les meilleures du monde. Là, sont nés le poivre et la cardamome. Vert, blanc ou noir, selon le degré de maturité au moment de la cueillette, le poivre s’impose, en grains ou en poudre, dans toutes les recettes qui nécessitent piquant et arôme. La cardamome, plébiscitée pour son parfum chaud et frais à la fois, citronné, légèrement camphré, a pour vertu de stimuler la digestion et de rafraîchir le palais.

LE MASSALA

■ Ce mélange d’épices broyées et légèrement torréfiées comporte le plus souvent gingembre, graine de moutarde, piment séché, cumin, cardamome, clou de girofle, fenugrec, cannelle… Il est utilisé à sec dans les grillades et marinades, ou en sauce dans le curry, un terme adapté par les Anglais du mot indien *kari*. Il existe autant de massalas que de communautés, de régions ou de familles. Son secret réside dans le dosage et une parfaite association ! Une précieuse alchimie qui marque et rehausse la saveur de la plupart des plats.



“Au sud, le fascinant dédale de rivières, lacs et canaux des Backwaters.”

En haut. Sur la longue plage publique en bordure de Fort Cochin, le quartier historique de Kochi, éclatent couleurs et rires.

En bas. Poivre, curcuma, safran, gingembre, tamarin… l'association des épices n'est jamais arbitraire ni fortuite. Le secret d'une bonne recette : l'équilibre.

À gauche. En abordant le Kerala par ses rives, on rencontre une autre Inde, sanctuaire aquatique et champêtre.

À Fort Cochin, les filets de pêche, installés au XIVe siècle par les marins chinois, sont relevés à toute heure.

Masalchi, ou mélangeurs d'épices, c'est ainsi que se définissent les cuisiniers du plus petit État de l'Inde. Des épices qui se glissent partout, jusque dans la lumière poudrée baignant ce matin-là Fort Cochin, le quartier historique de Kochi, véritable patchwork de cultures. Dans le lacis des ruelles ombrées de palmiers, de gigantesques flamboyants signalent les vieilles demeures coloniales et les antiques palais ornés d'azulejos. Bâtie en 1568, la synagogue bleue, pavée de céramiques de Canton, voisine avec églises, temples et mosquées aux couleurs pastel.

À LA CROISÉE DES CONTINENTS

Cette diversité architecturale raconte l'histoire d'un carrefour maritime entre Arabie et Asie, où se relaient depuis des siècles marchands, missionnaires et colonisateurs. "Notre cuisine reflète ces métissages", explique Ajeeth. Le chef de l'hôtel chic Brunton Boatyard évoque le gingembre emprunté aux Chinois, le sésame aux communautés juives, et rappelle que c'est aux Arabes que les Indiens doivent de manger du mouton. Mais la plus grande part de l'héritage vient des Portugais, qui, à la fin du XVe siècle, débarquaient à Cochin papaye, orange, tabac, raisin, mais aussi le pili-pili, le piment du Mozambique, et le *balchao,* condiment à base de crevettes, mis au point à Macao. Ils font aimer aux habitants du Kerala le *vindaloo,* cocktail de vinaigre, d'ail et d'épices, le bœuf, tabou pour les hindous, et le porc, interdit aux musulmans.

> Ici se mêlent les goûts de l'Ancien et du Nouveau Monde.

Le poisson, lui, vient de la jetée voisine, pris dans les filets géants installés il y a plusieurs siècles par les marins chinois. Daurades, mérous, perches, crevettes… s'étalent au marché aux poissons. Pour quelques roupies, des guinguettes multicolores, posées en ribambelles sur le sable, les font frire dans un wok à l'huile de coco, oignons et piment rouge, ou griller au barbecue, saupoudré d'un massala pourpre qui emporte le palais. "Au Kerala, aucune recette n'est concevable sans les épices", rappelle Ajeeth. C'est dans le quartier juif qu'on trouve les meilleures, que les femmes trient et tamisent à l'abri des façades délavées en jaune et bleu. "La sélection des épices est aussi importante que leur dosage", note notre guide. Sa préférence va au poivre, "l'esprit du Kerala", selon son expression. "C'est le seul ingrédient à pouvoir s'associer à tous les aliments." Chaque matin, le chef met à griller quelques grains. "Leur parfum fait naître en moi l'inspiration", confie-t-il. Preuve est donnée deux heures plus tard, avec la dégustation d'un menu qui réjouit nos papilles : crabe au poivre noir et mérou au curry de fenouil. "Dire que les épices masquent les saveurs est une sottise ; elles les rehaussent, exaltent les arômes", assure Ajeeth.

LES SIX SAVEURS INDIENNES

"Ce n'est pas tout ! Les épices ont aussi des vertus thérapeutiques", affirme Kavitha, professeur de français et interprète. "En Inde, médecine et cuisine sont liées depuis la nuit des temps." C'est au Kerala qu'est née l'ayurvéda, médecine traditionnelle qui considère que le corps et l'esprit ne font qu'un, et place l'alimentation à la base de toute prévention ou traitement. Selon cette philosophie, la bonne santé dépend de la capacité à associer les six saveurs fondamentales, ou *rasa :* douce, acide, salée, amère, mais aussi astringente et piquante. "L'harmonie est le maître-mot du *pashastra,* l'ensemble des règles de la diététique et des prescriptions de la gastronomie", précise la jeune femme. Les épices sont au cœur de cette harmonie…

“Les épices rehaussent les saveurs, exaltent les arômes.”

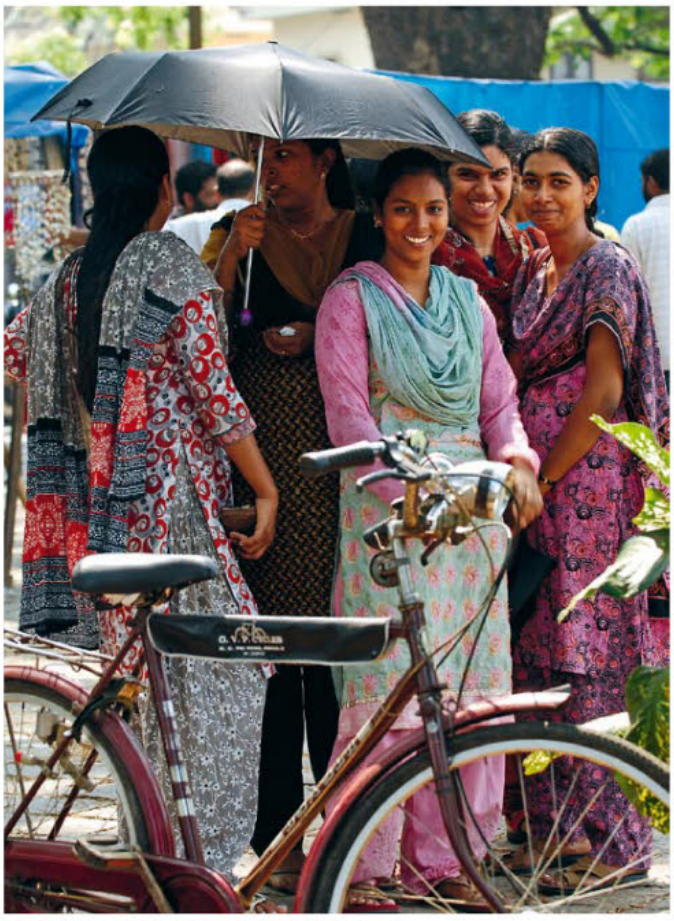
Démonstration à trois heures de route à l'est de Cochin. La voiture traverse la chaîne montagneuse des Ghats. À perte de vue, des champs de théiers, de caféiers touffus et d'anarchiques plantations d'épices. À Thekkady, dans les plantations de Ravi Spice Garden, Tony, le guide, est intarissable. La cardamome ? Elle protège du stress et du cholestérol ; le curcuma, antiseptique, antiallergique, préviendrait le cancer et la maladie d'Alzheimer ; la cannelle est recommandée contre le diabète et l'hypertension… À Spice Village, un restaurant posé en pleine nature, Jerry, le chef, excelle dans l'art de cuisiner ces bienfaits à travers ses currys de légumes, jouant sur le piquant du gingembre, la fraîcheur de la cardamome, la puissance du clou de girofle, l'âcreté de la moutarde…

KERALA DURABLE ET BIO

Cap au sud, vers le fascinant dédale de rivières, lacs et canaux des Backwaters. Sur la route s'alignent des étals de toile proposant légumes et fruits estampillés *organic,* autrement dit bio. Car le Kerala s'affiche comme un pionnier du développement durable. Il est à peine 8 h à l'arrivée à Alleppey. Fendant des nappes de jacinthes d'eau, le minuscule ferry, escorté par des cormorans, croise sur le canal des échoppes flottantes et des flottilles de *kettuvalloms.* Autrefois, ces péniches en jacquier et palmes tressées transportaient riz, noix de coco, poivre et thé d'un bout à l'autre de la région. Aujourd'hui, elles sont devenues des hôtels flottants.

Des épices qui soignent le palais et l'organisme.

Ultime étape, Coconut Lagoon et ses cinquante bungalows de terre et de palmes en bordure d'eau. Notre initiation s'achève devant un éventail de daurades, sardines et langoustines marinées et grillées dans un massala à dominante de piment rouge et d'ail. Un tapioca mijoté dans du lait de coco parfumé au curcuma est là pour en tempérer l'ardeur. On cherche à en percer le secret. Las ! "Ici, on dit que si dix personnes préparent la même recette avec les mêmes ingrédients, le résultat donnera forcément dix plats différents, car chaque dose est manipulée avec un plaisir et un amour qui lui sont propres. En fait, on ne cuisine bien qu'avec son cœur", explique Velayudhan, notre hôte et chef, dans un sourire. Au Kerala, la cuisine, décidément, est une histoire d'harmonie…



En haut. Fin de journée à Fort Cochin. Sur le front de mer, marchands ambulants, cireurs de chaussures et familles flânent entre les échoppes.

Au milieu. Réserve protégée pour la faune sauvage, la région de Periyar est aussi l'une des plus réputées pour sa production de thé (photo), de poivre et de cardamome.

En bas. Les épices cultivées sur les pentes des Ghats occidentaux sont envoyées dans les entrepôts de Fort Cochin, où le marché bat son plein. Le poivre est la plus convoitée.

La recette à mettre dans sa valise

Poissons marinés aux épices et grillés

4 PERS. | 50 MIN | 30 MIN

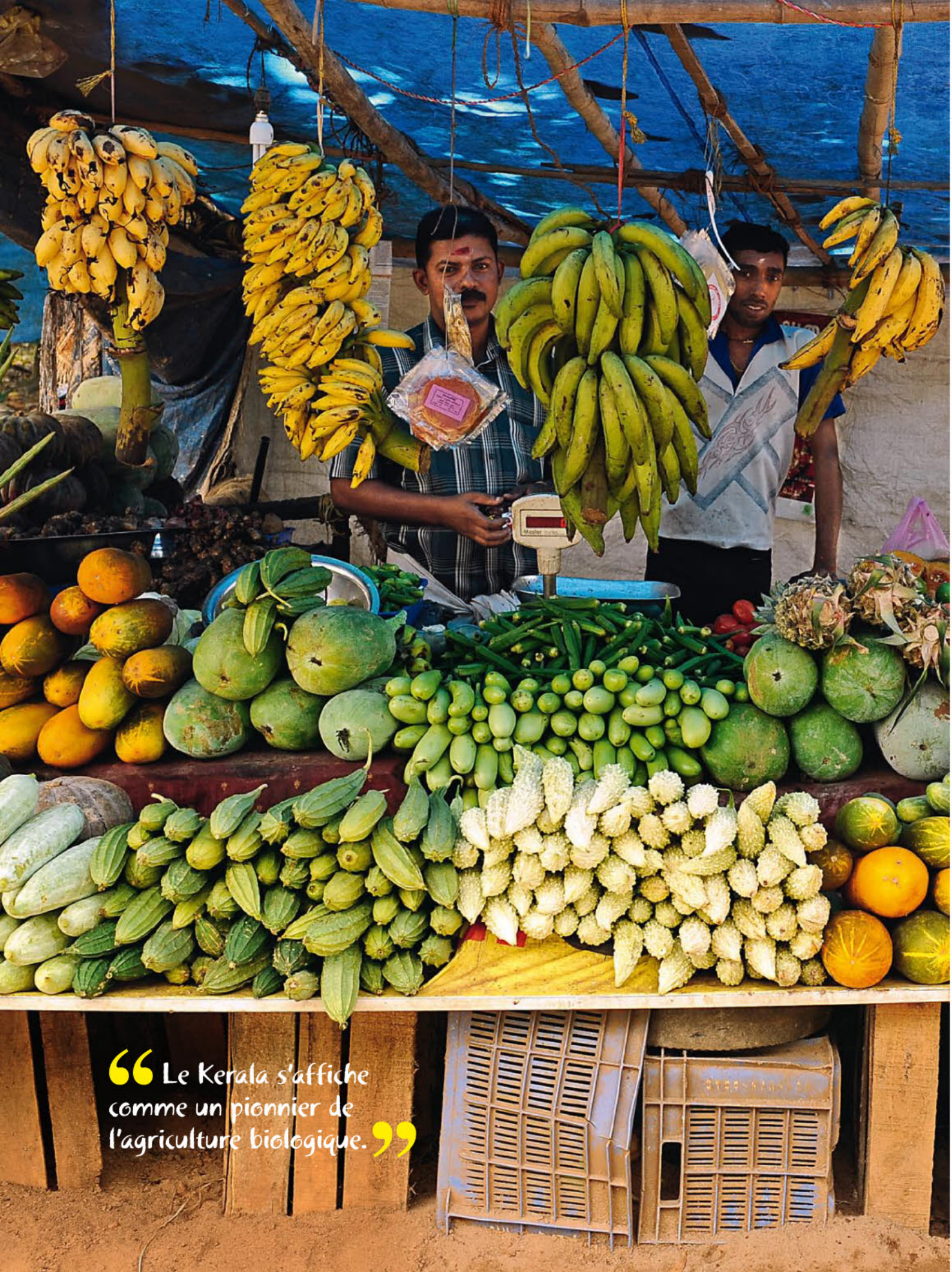
★ 700 g de poissons ★ 1 morceau de gingembre ★ 1 noix de pâte de tamarin ★ 1/4 de cuil. à c. de piment rouge ★ 1/2 cuil. à c. de cumin en poudre ★ 1/2 cuil. à café de poivre noir moulu ★ 1 pincée de curcuma ★ huile.

1. Pelez et écrasez le gingembre. Délayez la pâte de tamarin dans 1 cuil. à soupe d'eau et filtrez dans un chinois. Versez toutes les épices dans un plat creux et mélangez-les. Plongez-y les poissons vidés. Faites-les mariner pendant au moins 30 min.

2. Faites chauffer 2 cuil. à soupe d'huile dans une poêle. Cuisez les poissons 5 à 8 min de chaque côté. Servez avec du tapioca cuit au lait de coco.

CONSEIL

Le chef de Spice Village, Jerry M. Mathew, a choisi des sardines, le chromide vert *(karimeen)*, une espèce des Backwaters, et des gambas. Mais vous pouvez opter pour du saumon, du thon, de la daurade…



“Le Kerala s'affiche comme un pionnier de l'agriculture biologique.”

Nos meilleures adresses

COMMENT Y ALLER ?

Espace Mandarin propose un circuit "Kerala authentique", en voiture privée, avec guide francophone ou anglophone, de Cochin au lac Periyar, avec visite des plantations d'épices, et retour par Alleppey et les Backwaters. Hébergement dans des hôtels estampillés CGH Earth. Forfait 10 jours/7 nuits, vols Paris/Cochin (via Doha) sur Qatar Airways, pension en chambre double et petits déjeuners, à partir de 1 930 € par personne (sur une base de 2 personnes). *Informations et réservations : www.espace-mandarin.com. Tél. : 08 25 85 08 59.*

RESTAURANTS

À COCHIN

Addy's Restaurant. Cette affaire de famille installée dans une ancienne demeure hollandaise propose une sélection de plats régionaux (120-180 roupies, 1,70 à 2,60 €) et de *dosa,* des crêpes divines de riz et de soja farcies aux légumes (dès 25 roupies, 0,35 €). *Napier Street. Tél. : 00 91 (0) 484 221 6040.*

Little Maxim's. On passe d'abord à l'étal d'Anvar pour acheter poissons et fruits de mer (6 gambas, 1 homard, 1 mulet et 1 calamar pour 10 €). On les fait cuire en face, dans sa gargote, pour 2 €. *River Road, derrière les carrelets chinois.*

Sea Gull. On choisit poissons et fruits de mer au poids qui seront grillés au tandoori et dégustés, assis à la terrasse, qui donne sur la mer d'Oman. Vue imprenable au soleil couchant. De 2,50 à 5 €. *2/18, Calvathi Road. Tél. : 00 91 (0) 484 221 7172.*

Kashi Art Café. À la fois café, galerie et résidence d'artistes, on y déguste, sur une cour arborée, des sandwichs et salades, des pies et cakes maison, thés et cafés de la région. De 0,50 à 2 €. *Burgher Street, Fort Cochin. Tél. : 00 91 (0) 484 221 5769. Site : www.kashiartcafe.com.*

Tea Pot. Déco brocante chic, soulignée par une impressionnante collection de théières. On se régale de cakes à l'orange ou au miel (0,60 €), d'omelettes aux herbes (1 €) et d'un excellent choix de thés, évidemment. *Peter Celli Street. Tél. : 00 91 (0) 484 221 8035.*

À ALLEPPEY

Kream Korner. Cet établissement à la décoration arty, a une clientèle mêlée d'Indiens et de touristes. Bon rapport qualité/prix avec un large choix de biryanis, de currys et de *fish mollee,* ou ragoût de poisson relevé. De 0,80 à 2,50 €.*Mullackal Road. Tél. : 00 91 (0) 484 226 0005.*

À THEKKADY

Spice Garden Restaurant. Sous la véranda où voisinent Bouddha et saint Thomas, on prend le temps d'une pause succulente dans la plus parfaite tradition, dal (la soupe de lentilles indienne), biryani de poulet (un mélange de riz et poulet mariné dans les épices) et raita (la salade de concombres au yaourt). Pour 4 €. *Byepass Road. Tél. : 00 91 (0) 4869 782 7779.*

SHOPPING ÉPICES

À Cochin. Jew Town, le quartier de la synagogue est le centre du commerce des épices à Cochin. Sur Bazar Road, les enseignes jouent des coudes dans les vieilles maisons coloniales aux murs décatis. Une mention spéciale à la *maison Prabhakaran's (Jew Street)* pour ses précieux conseils.

À Kumily. Ravi Spice Garden (plantation et boutique) propose le must des épices fraîchement livrées par la plantation voisine. Poivre, gingembre, curcuma, anis étoilé… de 110 à 350 roupies (1,60 à 5 €) pour un sachet de 100 g. *Thekkady Road.*

HÔTELS

Première chaîne d'écotourisme en Inde, **CGH Earth Hotels** existe depuis 1987. Son nom – CGH pour *"clean, green, healthy"* (propre, vert, sain) – reflète la philosophie de ses fondateurs. Des sites d'exception au cœur d'une nature délicatement domestiquée : produits organiques et locaux, chauffage à l'énergie solaire et recyclage de rigueur. Le tout combiné à la pratique de l'ayurvéda et du yoga. Le groupe compte une douzaine d'établissements, dont le Brunton Boatyard, Spice Village, Coconut Lagoon et Eighth Bastion, ouvert en octobre dernier (photo). ***Tél. 00 91 (0) 484 301 1711. Site : www.cghearth.com. E-mail : contact@cghearth.com.***

Index

Bouchées à la reine....77
Canard au chutney de pomme....68
Ceviche de daurade au combava....65
Cheesecakes aux anchois et au chocolat....72
Chouquettes à la ganache blanche fouettée....73
Cocotte marine feuilletée....77
Consommé de betterave aux langoustines....12
Crèmes de combava et fruits au sésame....26
Crèmes au chocolat basque....82
Crostone à l'effeuillée de morue, combava et sésame....25
Financiers au citron de Menton confit....64
Foie gras vapeur au piment d'Espelette....81
Granité de bulles "J'aime la fraise"....12
Huîtres n° 3, fine gelée et crémeux de yaourt brassé à la réglisse....17
Makis glacés vanille-fraise....75
Mignons roulés aux épices et haricots blancs..83
Millefeuilles de poulet au foie gras et aux pralines roses, purée rose....74
Paillassons piquants de pommes de terre au lard....84
Pink yuzu cocktail....65
Poireaux jaunes du Poitou et caviar d'Aquitaine, anchois de Méditerranée marinés....18
Poires pochées au poivre du Sichuan....13
Poissons marinés aux épices et grillés....95
Queue de bœuf au vin rouge....79
Ris de veau croustillants au sésame, condiments combava et artichaut....27
Saltimboccas de chevreuil au pomélo....64
Soufflés bergamote et limoncello, salade d'oranges....63
Tajine d'agneau aux marrons, épices et raisins..79
Terrine rubis poivron & framboise....13
Turbot vapeur, oignons doux à la baie rose de Madagascar....16

DOSSIER Chaud-froid

Bortsch végétarien et nuage rose à la coriandre....38
Bouillon de gambas, gremolata aux pignons..39
Bouillon de Noilly, chou et chorizo....38
Brandade de joue de bœuf aux haricots....54
Brioche perdue super choco....59
Chaussons de viande aux airelles....46
Copenhague spécial (cocktail)....45
Crème brûlée au whisky....59
Crème épicée épinards-pourpier au lait de coco....40
Dattes dorées au bleu danois....43
Figues à l'aquavit....46
Fondue de mont d'or à la clémentine....53
Glögg....60
Gratin de pommes de terre au bouillon....47
Grog épicé....61
Hot tea....60
Kumquats au sirop....46
Macchiato....61
Nage de riz noir au saumon fumé et pesto de noix....39
Petits moelleux pommes et noix de pécan..44
Quatre-quarts au sirop de miel et orange....59
Riz au lait imbattable....59
Salade du bistrot aux lentilles et petit-salé..54
Saucisses et purée brûlantes....52
Soupe de châtaignes, croûtons de hareng..45
Soupe de maïs aux deux poivrons....40
Soupe de pois au lard fumé et sésame noir..40
Soupe "Promenons-nous dans les bois"....38
Souris d'agneau confites à la réglisse....53
Tajine de pintade au thé à la menthe....55
Velouté de céleri et potiron aux pépites de lapin....38
Velouté de chou-fleur au chèvre, chips de lard et noix....39

LES SERVICES Intense Cuisine Actuelle

Un renseignement sur le magazine ou sur l'abonnement, c'est ici.

Pour s'abonner

France métropolitaine

20 € les 6 numéros, au comptant

Par courrier

Service Abonnements Intense
62066 Arras Cedex 9

Par téléphone

0826 963 964 (0,15 €/min)

Par Internet

Sur notre site :
www.prismashop.fr

Pour contacter le service lecteurs

Par courrier

Service lecteurs Intense Cuisine Actuelle
13, rue Henri-Barbusse,
92624 Gennevilliers Cedex

Par téléphone

France métropolitaine : **01 73 05 67 50**
DOM-TOM et étranger :
(00) 33 1 73 05 67 50

Par mail

lecteurs@cuisineactuelle.fr

Anciens numéros

Contacter le service abonnements : adresses, téléphone et Internet ci-dessus.

CRÉDITS PHOTOS

Photo de couverture : Studio X/Stockfood/ Zogbaum. AAPrA : p. 82. Alain Ducasse éditions : Witz, p. 66-69(9). D'Archimbaud : p. 28-29. Éditions Keribus : Javelle, p. 50. Getty Images : Image Source, p. 23 ; Spencer, p. 20-21 ; Stein, p. 56-57. Hachette Cuisine : Roulier/Turiot, p. 14-15, 16, 17, 18-18. Isager : p. 22(3). Lefranc : p. 88-97(17). Linnea Press : p. 45 ; Hastoft, p. 44, 46. Louzon : p. 76, 78. Marielle/Gault : p. 72-75(8). Soury : Einwanger, p. 42-43, 45, 46 ; Schardt, p. 52 ; Szczepaniak, p. 43. Sucré Salé : Bilic, p. 58(3), 82, 83 ; Bury, p. 87 ; Desgrieux, p. 77 ; Fondacci-Markezana, p. 86 ; Langot, p. 32-33(2), 34(2), 35, 36-37(4), 38-39(6), 40(3) ; Lawton, p. 79 ; Leser, p. 86 ; Mallet, p. 86 ; Paquin, p. 84 ; Roche, p. 77 ; Studio, p. 81 ; Sudres, p. 86(3), 87(3) ; Ughetto, p. 47 ; Viel, p. 34, 38. Studio X/Stockfood : Cimbal, p. 11, 13 ; Eising Studio, p. 60 ; Fenot, p. 54-55(2), 58 ; Gross : p. 48-49 ; Koebe, p. 3, 10, 13 ; Rannels Photography Inc., p. 51 ; Rua Castilho, p. 60 ; Schieren, p. 9, 12 ; Shulevsky, p. 80 ; Smend, p. 61 ; Stowell, p. 53 ; Westend 61, p. 41 ; Westermann, p. 8, 12, 61 ; Zogbaum, p. 62-65(6). Thinkstock : p. 3(2), 20, 21, 30-31(2). Winkelmann : p. 24-27(4). Sunray Photo : Jarry, p. 79 ; Saveurs/Fénot, p. 54 ; Saveurs/Japy, p. 53. Thuriès Gastronomie Magazine : Lattes, p. 70-71.

CARNET D'ADRESSES

Adam Shirley : www.alessi-shop.fr À la Mère de Famille : www.lameredefamille.com Alberto Pinto : www.pintoparis.com AM-PM : 0 892 350 350 Ateliers d'Art : www.ateliersdart.com Baches : www.agrume-baches.com BHV : www.bhv.fr Chapitre 20 : 8 rue St-Paul, 75004 Paris ou 01 77 15 20 72 Château de Pibarnon : 04 94 90 12 73 Château Grand Ormeau : 05 57 25 30 20 Clos Cibonne : www.clos-cibonne.com Cornand : www.sibo-sibon.com Dilettantes : www.dilettantes.fr Domaine de la Bégude : www.domainedelabegude.com Domaine du Vissoux : 04 74 71 79 42 Domaine Grand : 03 84 85 28 88 Domaine Grisard : 04 79 28 54 09 Domaine Lagneau : 04 74 69 20 70 Domaine Lapeyre : 05 59 21 50 80 Domaine Richaud : 04 90 30 85 25 Domaine Saumaize-Michelin : 03 85 35 84 05 Domaines Schlumberger : www.domaines-schlumberger.com Émile Noël : www.emilenoel.com Fleux : www.fleux.com Food discover : www.foodiscover.com Galeries Lafayette : www.galerieslafayette.com Henri Mazelier : www.myclubdesign.com Hôtel The Berkeley : www.the-berkeley.co.uk JL et P. Aegerter : 03 80 22 62 72 Kitchentrotter : www.kitchentrotter.com La Grande Épicerie de Paris : www.lagrandeepicerie.com La Maison du Chocolat : www.lamaisonduchocolat.com Landmade : www.landmade.fr L'Épicerie de Rungis : www.lepicieriederungis.com Les 3 Suisses : www.3suisses.fr Natives : www.comptoir-de-famille.com Papilles Box : www.papillesbox.com Rosenthal : 01 53 34 04 44 Sarah Hillenberger : www.sarahillenberger.com Sébastien Bouillet : www.chocolatier-bouillet.com The Conran Shop : www.conranshop.fr UP : 09 81 93 07 79 Zwilling : 01 42 68 88 00.

Intense Cuisine Actuelle

Magazine mensuel édité par GROUPE PRISMA MEDIA **13, rue Henri-Barbusse, 92230 Gennevilliers • Téléphone : 01 73 05 45 45 • Site Internet : www.intense-cuisineactuelle.fr**
Société en nom collectif au capital de 3 000 000 €, d'une durée de 99 ans, ayant pour gérant Gruner + Jahr Communication GmbH. Ses trois principaux associés sont Média Communication SAS, Gruner + Jahr Communication GmbH, France Constanze-Verlag GmbH & Co KG. **RÉDACTION** 13, rue Henri-Barbusse, 92624 Gennevilliers cedex • Téléphone : 01 73 05 + N° de poste • Télécopie : 01 47 92 66 05 • **Rédactrice en chef :** Anne Gillet (6598). **Rédactrice en chef adjointe :** Sophie Janvier (6592). **Directrice artistique :** Marion Thérizol (6590). **Secrétariat :** Sophie Lassous (6598). **Rédaction :** Sophie Pasternak (recettes, 6604) et Isabelle Contrepas (mag, 6605), chefs de service, Fabienne Haberthur (mag, 6606), chef de service adjointe, Thierry Roussillon, chef de rubrique (6603). **Secrétariat de rédaction :** Jean-Luc Michel, 1er secrétaire de rédaction (6595), Christine Guérin (6594), Elsa de Lavergne (6593), Véronique Fève (6596). **Maquette :** Carmen Gires-Gresa (6613) et Michel Poyac (6607), chefs de studio, Sylvain Feix, 1er maquettiste (6978), Ymkje Haringsma (6614), Corinne Letourneur (6608). **Photo :** Sylvie Cornet (6587), chef de service, Sybille Joubert (6768), chef de rubrique. **Ont collaboré à ce numéro :** M. Abadie, M. Albertin, I. Bachelard, S. Bendavid, A. Blin-Gayet, B. Buno, M.-O. Briet, M. Darmoni, M. Domange, M.-C. Frédéric, J.-P. Frétillet, T. Kemptner, G. Lamoureux, E. de Meurville, A. Pham, C. Ruchon, R. Sourdeix. • **Comptabilité :** Catherine Villeneuve (4542) • **Fabrication :** Yann Saunier (6859).
PUBLICITÉ, MARKETING ET DIFFUSION **Directrice exécutive Prisma Pub :** Aurore Domont (6505). **Directrice commerciale adjointe grande conso :** Martine El Koubi (6410). **Directeur publicité :** Thierry Flamand (6426). **Responsables de clientèle :** Anne-Charlotte Masseau (4540), Élise Naudin (6405). **Responsable planning-assistante commerciale :** Sarah Massignan (4694). **Directrice commerciale adjointe opérations spéciales :** Géraldine Pangrazzi (4749). **Responsable opérations spéciales :** Frédérique Teisseire (6482). **Responsable commerciale exécution :** Marie-Annick Bobet (6476). **Directrice marketing client :** Nathalie Lefebvre du Prey. **Directeur commercialisation réseau :** Serge Hayek. **Directeur des ventes :** Bruno Recurt. **Directrice marketing :** Claire Bernard. **Chef de groupe marketing :** Marion Salomon. **Directrice des sites Internet :** Sandrine Odin. **Éditrice :** Pascale Socquet. **Directeur de la publication :** Rolf Heinz. **ABONNEMENTS** **Service abonnements et anciens numéros :** 62066 Arras Cedex 9 • Tél. 0811 23 22 21 (prix d'une communication locale) • www.prismashop **PHOTOGRAVURE :** Allo Scan. **IMPRIMÉ EN ALLEMAGNE :** Prinovis Ltd.& Co. KG-Betrieb Dresden, Meinholdstrasse 2, 01129 Dresden. **Distribution :** Presstalis • ISSN : 2259-9738. **Commission paritaire :** 0717 K 91443. Création mai 2012 © 2013 Prisma Média. Dépôt légal : janvier 2013.

Notre publication adhère à ARPP autorité de régulation professionnelle de la publicité. Et s'engage à suivre ses Recommandations en faveur d'une publicité loyale et respectueuse du public. 11 rue Saint-Florentin 75008 Paris

La rédaction n'est pas responsable de la perte ou de la détérioration des textes ou photos qui lui sont adressés pour appréciation. La reproduction, même partielle, de tout matériel publié dans le magazine est interdite.

Abonnez-vous à *Cuisine Actuelle* et Intense !

Près de **25%** de réduction

LE magazine cuisine anti-routine !

Chaque mois, dans **Cuisine Actuelle**, découvrez toujours plus de recettes originales et faciles à réaliser au quotidien.

+

Intense, le nouveau magazine pour aller plus loin dans la cuisine

Destiné aux vrais gourmets, **Intense** propose une cuisine dans l'air du temps, créative mais accessible, mise en scène par de sublimes photos

Bon d'abonnement

Pour vous abonner, c'est facile :

→ Par Internet
www.prismashop.intense.fr

→ Par téléphone
0 826 963 964 (prix d'un appel local)

→ Par courrier :
en retournant ce bulletin **SANS L'AFFRANCHIR** avec votre règlement à : CUISINE ACTUELLE Libre réponse N°80363 - 62069 Arras Cedex 9

❑ **Oui,** je m'abonne à **Intense (7 n°)** et **Cuisine Actuelle (12 n°)** pour **38,90€** au lieu de ~~51,30€~~*. Je joins mon chèque de règlement à l'ordre de Cuisine Actuelle.

❑ Je préfère m'abonner un an à Intense (7 n°) pour 20€ seulement. Je joins mon chèque de règlement à l'ordre d'Intense.

Mes coordonnées ❑ Mme ❑ Mlle ❑ M. ITS06P

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

CodePostal |_|_|_|_|_| Ville.....

Email**.....@.....

Téléphone** : |_|_|_|_|_|_|_|_|_|_| Date de Naissance** : |_|_| |_|_| |_|_|_|_|

* Prix de vente au numéro. ** Facultatif. Photos non contractuelles. Offre réservée aux nouveaux abonnés en France métropolitaine, valable 2 mois dans la limite des stocks disponibles. Délai de livraison du premier numéro : 4 semaines environ. Les informations ci-dessus sont indispensables au traitement par PRISMA MEDIA de votre abonnement. A défaut, votre abonnement ne pourra être mis en place. Ces informations sont communiquées à des sous-traitants pour la gestion de votre abonnement. Par notre intermédiaire, vous pouvez être amenés à recevoir des propositions des partenaires commerciaux du groupe PRISMA MEDIA. Si vous ne le souhaitez pas, vous pouvez cocher la case ci-contre ❑. Vous disposez d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition pour motifs légitimes aux informations vous concernant auprès du groupe PRISMA MEDIA.

Photo non contractuelle Studio Bon

SOCIÉTÉ
150 ANS DE PLAISIRS

Plaisir n°13 :

Le sommet du plaisir

GOÛTEZ TOUS LES PLAISIRS DE LA LÉGENDE

societe150ansdeplaisirs.com

Société des Caves - SAS au capital de 4 880 000€ - RCS Rodez 925 480 030 - Janvier 2013 - Photo non contractuelle. Crédit photo : Dominique Azambre - extreme

Pour votre santé, évitez de grignoter entre les repas. www.mangerbouger.fr